

**МЕНЮ**  
**13 августа 2026 г.**

**Ясли 12 часов**

| Наименование блюда                                            | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|---------------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                               |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                                       |       |                   |         |             |                                     |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) № 09/2                                         | 10    | 2,60              | 2,68    | 0,35        | 37,50                               |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ б/м (аллергики)                                  | 40    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ №03/9                                     | 150   | 6,07              | 6,17    | 29,63       | 198,86                              |
| КАША ПШЕННАЯ Б/М (аллергики)                                  | 150   | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 07/3                             | 150   | 3,43              | 3,63    | 13,34       | 100,59                              |
| ЧАЙ С САХАРОМ б/м (аллергики)                                 | 150   | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ № 06/1                                | 29    | 2,12              | 0,17    | 13,97       | 65,93                               |
| Итого                                                         |       | 14,22             | 12,65   | 57,29       | 402,88                              |
| II Завтрак                                                    |       |                   |         |             |                                     |
| ЙОГУРТ №07/11                                                 | 150   | 4,20              | 3,75    | 28,50       | 84,77                               |
| СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ б/м (аллергики)             | 150   | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| Итого                                                         |       | 4,20              | 3,75    | 28,50       | 84,77                               |
| Обед                                                          |       |                   |         |             |                                     |
| РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ № 01/9                                 | 180   | 6,20              | 9,05    | 10,98       | 149,85                              |
| РАССОЛЬНИК б/м (аллергики)                                    | 180   | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| ГОРОШНИЦА №02/31                                              | 110   | 11,08             | 5,17    | 23,14       | 183,48                              |
| ГОРОШНИЦА б/м (аллергики)                                     | 110   | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ №02/41 | 60    | 13,12             | 18,29   | 9,31        | 255,20                              |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ Б/М (аллергики)                    | 60    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК № 07/7                                 | 150   | 0,12              | 0,12    | 10,05       | 42,39                               |
| ХЛЕБ РЖАНО-ЗАВАРНОЙ 06/2                                      | 44    | 2,89              | 0,38    | 18,50       | 89,01                               |
| Итого                                                         |       | 33,41             | 33,01   | 71,98       | 719,93                              |
| Уплотненный полдник                                           |       |                   |         |             |                                     |
| РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ №02/9                                           | 130   | 19,77             | 15,88   | 17,52       | 291,14                              |
| РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ Б/М (аллергики)                                 | 130   | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| СОУС СМЕТАННЫЙ №05/2                                          | 20    | 0,27              | 0,80    | 1,25        | 13,17                               |
| СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ (аллергики)                               | 20    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ №07/2                                           | 150   | 2,16              | 2,27    | 10,80       | 72,72                               |
| ЧАЙ С САХАРОМ б/м (аллергики)                                 | 150   | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 06/1                                  | 29    | 2,16              | 0,17    | 14,22       | 67,12                               |
| Итого                                                         |       | 24,36             | 19,12   | 43,79       | 444,15                              |
| Всего                                                         |       | 76,19             | 68,53   | 201,56      | 1 651,73                            |