

**МЕНЮ**  
**Ясли 12 часов****10 апреля 2025 года**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	22/10/3		1,73	3,13	18,62	108,48
ДЖЕМ СТЕРИЛИЗОВАННЫЙ	10	10	0,06	0,01	7,29	28,40
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,48	0,02	22,44
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	22	22	1,65	0,64	11,31	57,64
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155		6,07	6,76	22,90	177,50
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	20	20	2,39	1,20	11,99	68,29
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	130	130	3,66	3,15	6,05	68,09
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		5,08	4,12	15,29	119,72
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3	0,30	0,00	1,56	7,45
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	170	170	4,78	4,12	7,92	89,05
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>12,88</b>	<b>14,01</b>	<b>56,81</b>	<b>405,70</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЯБЛОКО	95		0,38	0,38	9,31	44,65
ЯБЛОКИ	135,71	95	0,38	0,38	9,31	44,65
			<b>0,38</b>	<b>0,38</b>	<b>9,31</b>	<b>44,65</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40		0,30	0,00	0,70	5,20
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	44	40	0,32	0,04	0,68	5,20
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5		4,20	5,25	6,57	93,04
СВЕКЛА	30	24	0,35	0,02	2,05	9,78
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,21	0,01	0,54	3,26
КАРТОФЕЛЬ с 01 сентября	16	12	0,23	0,05	1,90	8,96
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,21	0,00	0,83	4,45
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
САХАР ПЕСОК	0,1	0,1	0,00	0,00	0,10	0,39
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАД. ЧАСТЬ)	18,96	16	2,89	2,48	0,00	33,83
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120		2,85	4,50	17,65	122,82

КАРТОФЕЛЬ с 01 сентября	136,8	102,6	1,99	0,40	16,22	76,63
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,84	0,73	1,40	15,71
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0,02	3,37	0,03	30,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ЧАЙ С ЛИМОНОМ</b>		150	0,09	0,00	4,78	20,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,3	0,3	0,06	0,00	0,13	0,72
ЛИМОН	3,8	3,3	0,03	0,00	0,10	1,09
САХАР ПЕСОК	4,7	4,7	0,00	0,00	4,55	18,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,4	142,4	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		20	1,30	0,13	8,50	41,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
<b>БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		20	1,46	0,67	10,24	52,27
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
<b>ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ</b>		60	11,04	6,41	8,59	138,12
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	62,35	60	9,31	0,35	0,00	40,16
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	8	8	0,58	0,22	3,99	20,33
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,43	0,37	0,70	7,86
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,8	8,4	0,12	0,02	0,67	3,34
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,31	0,04	2,04	9,72
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	4,8	4,8	0,00	4,66	0,00	41,86
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
			<b>21,24</b>	<b>16,96</b>	<b>57,03</b>	<b>472,45</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ</b>		170	14,31	9,91	12,19	198,51
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	113,3	90,7	1,58	0,09	4,13	24,64
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	79,86	56,7	11,00	5,39	0,00	92,40
КРУПА РИСОВАЯ	7,7	7,6	0,51	0,08	5,45	24,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,8	12,5	0,17	0,03	1,00	4,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0,02	2,96	0,03	26,85
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,23	0,64	0,58	0,04	7,96
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,2	5,2	0,14	0,76	0,17	10,39
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,1	15,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,9	1,9	0,09	0,00	0,35	1,88
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ</b>		150	0,20	0,16	10,04	43,06
ГРУША СВЕЖАЯ ПОЗДНИХ СРОКОВ	57,78	52	0,20	0,16	5,20	23,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
<b>ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ</b>		50	4,12	9,98	11,64	152,76
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	10	10	1,05	0,13	6,78	32,40
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0,01	0,81	0,01	7,26
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12,08	1,48	1,35	0,08	18,40
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕННЫЕ	0,5	0,5	0,01	0,00	0,42	1,67
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,56	0,49	0,93	10,48

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,11	0,01	0,68	3,24
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,8	27	0,48	0,03	1,23	7,33
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,056 шт.	2,26	0,28	0,25	0,02	3,44
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	1	1	0,00	0,97	0,00	8,72
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3	0,01	0,00	0,02	0,15
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	1	1	0,00	0,97	0,00	8,72
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,025 шт.	1,01	0,13	0,12	0,01	1,54
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ		125	3,50	3,13	5,63	70,63
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВ,	125	125	3,50	3,13	5,64	70,64
			<b>23,13</b>	<b>23,30</b>	<b>45,90</b>	<b>495,96</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>57,63</b>	<b>54,65</b>	<b>169,05</b>	<b>1 418,76</b>