

МЕНЮ
Ясли 12 часов**03.04.2023г.**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		30	4,0	3,8	10,0	91,2
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ		150	4,9	4,7	22,5	151,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		170	2,7	2,2	11,9	78,7
			11,6	10,7	44,4	321,8
II Завтрак						
ЙОГУРТ		125	3,5	3,1	5,6	70,6
			3,5	3,1	5,6	70,6
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ		40	0,3		0,7	5,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/15/5	4,4	3,9	8,5	86,8
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ		50	10,9	3,2	1,4	77,2
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ		130	2,6	4,4	17,0	118,0
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ		150	0,8	0,7	24,5	102,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
БАТОН		10	0,8	0,3	5,7	26,2
			21,1	12,1	65,7	456,3
Полдник						
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ		100	9,9	12,6	14,7	212,0
ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ		50	3,5	5,1	17,4	129,3
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,2		9,9	40,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		15	1,0	0,1	6,4	30,6
ГРУША		70	0,3	0,2	7,2	32,9
			14,9	18,0	55,6	444,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,1	43,9	171,3	1 293,6

МЕНЮ**Ясли 12 часов****04.04.2023г.**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО		30	0,9	1,5	1,8	24,3
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		120	12,4	16,6	2,2	208,5
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	2,6	2,1	9,7	65,8
БАТОН		20	1,7	0,6	11,3	57,6
			17,6	20,8	24,4	356,2
II Завтрак						
КЕФИР		130	3,9	0,1	5,2	48,7
			3,9	0,1	5,2	48,7
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		40	0,4	0,1	1,5	9,6
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ПТИЦЕЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/10/1	3,7	4,5	8,3	93,2
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		50/50	15,1	15,3	3,5	134,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		110	5,3	5,4	23,7	164,7
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ		150	0,1	0,1	13,7	56,3
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			25,9	25,6	59,2	498,0
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		120	10,6	11,6	7,7	178,7
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"		50	5,3	3,2	18,2	122,7
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0,2	0,1	12,9	54,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ		15	1,0	0,1	6,4	30,6
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ		70	0,6	0,1	5,7	30,7
			17,7	15,1	50,9	416,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			65,1	61,6	139,7	1 319,0

МЕНЮ

Ясли 12 часов

05.04.2023

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		35	3,8	4,8	8,2	72,5
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ		150	4,4	4,4	22,0	144,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		170	2,7	2,2	11,8	78,4
			10,9	11,4	42,0	295,5
II Завтрак						
РЯЖЕНКА		130	3,9	1,3	5,5	52,0
			3,9	1,3	5,5	52,0
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		30	0,2		0,8	4,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ		150/15	4,6	5,5	10,5	109,4
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ		60	10,3	6,4	2,6	108,2
РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)		130	2,3	5,8	12,2	110,9
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА		150	0,4	0,7	18,2	77,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,3	10,6	51,3
БАТОН		20	1,5	0,6	10,3	52,4
			21,0	18,7	65,2	514,1
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ		120/13	21,3	10,9	26,4	301,2
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		180	5,3	4,6	8,8	99,0
ЯБЛОКО		80	0,3	0,3	7,8	37,6
			26,9	15,8	43,0	437,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			62,7	47,2	155,7	1 299,4

МЕНЮ**Ясли 12 часов****06.04.2023**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		20	2,5	2,2	0,1	30,7
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ		150	3,7	5,5	21,9	152,3
КАКАО С МОЛОКОМ		170	2,9	2,4	10,5	76,0
БАТОН		20	1,6	0,6	10,8	55,0
			10,7	10,7	43,3	314,0
II Завтрак						
ЙОГУРТ		125	3,5	3,1	5,6	70,6
			3,5	3,1	5,6	70,6
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК		30	0,3	1,7	2,3	26,3
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/10/5	4,3	4,7	5,4	83,5
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ		50/30	12,9	7,5	0,4	136,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		110	3,9	4,1	24,7	150,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	41,0
			23,5	18,2	57,8	502,7
Полдник						
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		50	7,8	4,4	4,3	87,7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		110	2,3	3,7	15,7	105,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ		15	1,0	0,2	6,4	30,5
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,2		9,9	40,7
ВАФЛИ		20	0,6	0,7	15,5	70,8
БАНАН		70	1,1	0,4	14,8	67,6
			13,0	9,4	66,6	402,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			50,7	41,4	173,3	1 289,8

МЕНЮ

Ясли 12 часов

07.04.2023

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		35	1,5	3,3	18,8	110,7
КАША "ДРУЖБА"		150	4,3	5,4	16,8	133,7
ЧАЙ С МОЛОКОМ		170	2,5	2,1	14,8	88,1
			8,3	10,8	50,4	332,1
II Завтрак						
КЕФИР		130	3,8	3,3	5,2	68,9
			3,8	3,3	5,2	68,9
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		40	0,6	3,0	3,2	41,6
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		150/10/5	4,4	5,0	10,7	105,5
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ		60	10,9	9,0	6,7	149,5
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		120	1,8	2,0	8,2	64,7
СОК ПЕРСИКОВЫЙ		150			16,5	64,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
БАТОН		25	1,9	0,7	12,9	65,5
			20,9	19,9	65,5	532,1
Полдник						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		30	0,2		0,8	4,2
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		110	11,8	11,4	10,7	190,7
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ		150	0,1		6,6	28,9
ПЕЧЕНЬЕ		25	1,9	2,5	18,6	104,3
ГРУША		70	0,3	0,2	7,2	33,7
			15,6	14,3	51,8	402,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,6	48,3	172,9	1 335,1

МЕНЮ

Ясли 12 часов

10.04.2023

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		35	2,1	4,4	14,0	103,8
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ		150	4,4	5,2	19,9	143,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		165	2,5	2,0	11,2	73,4
			9,0	11,6	45,1	321,1
II Завтрак						
РЯЖЕНКА		130	3,9	1,3	5,5	52,0
			3,9	1,3	5,5	52,0
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ		40	0,7	6,2	4,9	78,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ		150/10	4,6	2,0	19,2	113,2
РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ		60	9,8	10,9	6,7	163,8
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ		110	1,8	4,0	11,7	87,9
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА		150	0,4	0,1	17,3	73,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	41,0
			18,6	23,4	67,7	557,9
Полдник						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ		30	0,2	0,1	0,5	3,9
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ		60	8,6	3,4	4,6	82,8
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ		130	2,6	4,8	17,0	121,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,7
БАНАН СВЕЖИЙ		70	1,1	0,4	14,7	67,2
			13,8	8,9	61,8	380,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			45,3	45,2	180,1	1 311,8

МЕНЮ

Ясли 12 часов

11.04.2023

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО		30	0,9	1,5	1,8	24,3
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		120	12,4	16,0	2,2	202,6
ЧАЙ С МОЛОКОМ		175	2,7	2,2	10,8	73,9
БАТОН		25	1,8	0,7	12,3	62,9
			17,8	20,4	27,1	363,7
II Завтрак						
ЙОГУРТ		125	3,5	3,1	5,6	70,6
			3,5	3,1	5,6	70,6
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0,3		1,0	5,6
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		150/15/5	5,6	6,2	4,9	102,0
СУФЛЕ КУРИНОЕ		55	8,7	10,2	1,8	133,6
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		120	2,7	3,2	11,9	87,9
СОК ПЕРСИКОВЫЙ		150				64,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
БАТОН		25	1,7	0,7	11,6	59,0
			20,3	20,5	39,7	493,4
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		110	9,8	9,3	7,7	154,3
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"		50	5,1	3,0	18,2	120,4
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		150	0,3	0,1	13,0	54,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		15	1,0	0,2	6,4	30,5
ЯБЛОКО		70	0,3	0,3	6,9	33,7
			16,5	12,9	52,2	392,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			58,1	56,9	124,6	1 320,0

МЕНЮ

Ясли 12 часов

12.04.2023

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		35	4,4	4,0	12,5	103,9
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ		150	4,5	6,0	22,7	160,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		170	2,7	2,2	11,6	77,4
			11,6	12,2	46,2	341,3
II Завтрак						
КЕФИР		130	3,8	3,3	5,2	68,9
			3,8	3,3	5,2	68,9
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		30	0,3	0,1	1,7	7,2
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		150/10/5	3,6	4,1	7,6	84,6
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ		50	9,8	0,4	0,3	43,7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		130	2,7	4,3	18,5	123,6
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК		150	0,1	0,1	16,3	67,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,3	10,6	50,9
			19,0	18,4	54,5	462,5
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ		120/13	21,3	10,9	26,4	301,2
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		180	5,3	4,6	8,8	99,0
ГРУША		70	0,3	0,2	7,2	32,9
			26,9	15,7	42,4	433,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			61,3	49,6	148,3	1 305,8

МЕНЮ

Ясли 12 часов

13.04.2023

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	1,9	4,7	13,0	102,4
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ		150	4,9	6,7	19,9	154,9
ЧАЙ С МОЛОКОМ		170	2,6	2,1	12,6	80,6
			9,4	12,9	45,5	337,5
II Завтрак						
РЯЖЕНКА		130	3,9	1,3	5,5	52,0
			3,9	1,3	5,5	52,0
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		30	0,2		0,8	4,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/10/1	3,9	2,9	12,2	90,8
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ		60	13,0	7,2	2,7	139,9
ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ		130	3,0	4,3	14,8	109,9
СОК АБРИКОСОВЫЙ		150			11,0	64,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,6	0,2	10,2	49,0
			21,7	14,6	51,1	457,9
Полдник						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		40	5,0	4,5	0,3	61,3
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ		40/30	5,5	6,4	2,6	90,4
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ		50	4,9	1,8	28,7	147,6
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ		150	0,1		11,0	46,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
БАНАН		70	1,1	0,4	14,8	67,6
			17,9	13,3	65,3	454,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			52,9	42,1	167,4	1 301,6

МЕНЮ

Ясли 12 часов

14.04.2023

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		30	4,0	3,9	9,5	89,9
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ		150	3,8	5,1	22,4	150,9
КАКАО С МОЛОКОМ		170	2,9	2,4	11,0	77,9
			10,7	11,4	42,9	318,7
II Завтрак						
ЙОГУРТ		125	3,5	3,1	5,6	70,6
			3,5	3,1	5,6	70,6
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		30	0,4	2,0	2,4	29,1
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ		150/10/10	3,7	4,8	10,3	104,6
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ		130	11,3	12,0	21,3	238,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		150	1,2	0,3	22,8	96,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,9
			17,9	19,3	65,3	509,8
Полдник						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		30	0,3	0,1	1,2	7,3
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ		110	5,7	7,0	21,3	171,5
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ		150	0,1		7,5	32,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		15	1,0	0,2	6,4	30,6
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ		50	6,1	3,8	21,6	145,3
МАНДАРИН СВЕЖИЙ		95	0,8	0,2	7,1	36,1
			14,0	11,3	65,1	423,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			46,1	45,1	178,9	1 322,6