

**МЕНЮ**  
**Ясли 12 часов**  
**13.05.2025 г.**

| Наименование блюда                       | Выход     |             | Химический состав |            |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|------------------------------------------|-----------|-------------|-------------------|------------|-------------|-------------------------------------|
|                                          | Брутто, г | Нетто,<br>г | Белки, г          | Жиры,<br>г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                  |           |             |                   |            |             |                                     |
| ОМЛЕТ                                    | 130       | 8,5         | 12,2              | 4          | 165,2       |                                     |
| ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ                 | 50        | 1,50        | 0,1               | 3,15       | 19,40       |                                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 30        | 1,9         | 0,6               | 13,3       | 63,5        |                                     |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                         | 5         | 0,05        | 4,15              | 0,05       | 37,50       |                                     |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ               | 150       | 3,07        | 2,91              | 15,39      | 100,99      |                                     |
|                                          |           | 15,02       | 17,05             | 35,89      | 386,59      |                                     |
| II Завтрак                               |           |             |                   |            |             |                                     |
| ЯБЛОКО                                   | 95        | 0,38        | 0,38              | 9,31       | 44,65       |                                     |
| Обед                                     |           |             |                   |            |             |                                     |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С<br>КУРИЦЕЙ | 150       | 4,36        | 4,59              | 6,76       | 85,97       |                                     |
| КОТЛЕТА КУРИНАЯ                          | 50        | 1,45        | 2,74              | 10,03      | 70,85       |                                     |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ                        | 100       | 3,06        | 4,8               | 20,45      | 137,25      |                                     |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ                           | 30        | 0,33        | 0,06              | 1,14       | 7,22        |                                     |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                         | 150       | 0,69        | 0,04              | 17,72      | 74,57       |                                     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                              | 30        | 1,99        | 0,26              | 12,72      | 61,19       |                                     |
|                                          |           | 34,63       | 34,26             | 53,73      | 663,45      |                                     |
| Полдник                                  |           |             |                   |            |             |                                     |
| СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ                       | 50        | 3,60        | 2,10              | 26,60      | 141,00      |                                     |
| МОРС                                     | 150       | 3,00        | 2,25              | 4,50       | 72,00       |                                     |
|                                          |           | 6,60        | 4,35              | 31,10      | 213,00      |                                     |
| Ужин                                     |           |             |                   |            |             |                                     |
| КАША ПШЕННАЯ                             | 180       | 8,61        | 9,77              | 34,53      | 261,83      |                                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ                            | 180/15    | 0,20        | 0,10              | 14,63      | 58,50       |                                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 30        | 2,29        | 0,19              | 15,05      | 71,05       |                                     |
|                                          |           | 11,10       | 10,06             | 64,21      | 391,38      |                                     |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                           |           | 67,35       | 65,72             | 184,93     | 1699,07     |                                     |

**МЕНЮ**  
**Сад 12 часов**  
**13.05.2025 г.**

| Наименование блюда                    | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|---------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                       | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                               |           |          |                   |         |             |                                     |
| ОМЛЕТ                                 | 140       |          | 9,49              | 13,91   | 2,91        | 174,96                              |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ              | 50        |          | 1,50              | 0,10    | 3,15        | 19,40                               |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                        | 40        |          | 4,20              | 0,34    | 27,60       | 130,25                              |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                      | 10        |          | 0,10              | 8,30    | 0,10        | 75,00                               |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ            | 180       |          | 2,86              | 2,62    | 13,75       | 90,85                               |
|                                       |           |          | 18,15             | 25,27   | 47,51       | 490,46                              |
| II Завтрак                            |           |          |                   |         |             |                                     |
| ЯБЛОКО                                | 100       |          | 0,40              | 0,40    | 9,80        | 47,00                               |
|                                       |           |          | 0,40              | 0,40    | 9,80        | 47,00                               |
| Обед                                  |           |          |                   |         |             |                                     |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ | 180/50    |          | 4,45              | 4,27    | 15,36       | 117,87                              |
| КОТЛЕТА КУРИНАЯ                       | 50        |          | 2,75              | 4,45    | 18,54       | 125,61                              |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                     | 130       |          | 3,67              | 5,76    | 24,53       | 164,70                              |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ                        | 50        |          | 0,50              | 0,13    | 1,90        | 12,00                               |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ             | 180       |          | 0,00              | 0,00    | 13,94       | 55,74                               |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                           | 50        |          | 3,31              | 0,44    | 21,20       | 101,98                              |
|                                       |           |          | 21,06             | 24,84   | 75,14       | 610,01                              |
| Полдник                               |           |          |                   |         |             |                                     |
| СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ                    | 70        |          | 0,54              | 3,48    | 6,50        | 59,31                               |
| МОРС                                  | 180       |          | 3,60              | 2,70    | 5,40        | 86,40                               |
|                                       |           |          | 4,14              | 6,18    | 11,90       | 145,71                              |
| Ужин                                  |           |          |                   |         |             |                                     |
| КАША ПШЕННАЯ                          | 180       |          | 4,57              | 5,79    | 27,84       | 181,77                              |
| ЧАЙ С САХАРОМ                         | 200/15    |          | 0,22              | 0,11    | 16,13       | 64,50                               |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                        | 40        |          | 3,82              | 0,31    | 25,09       | 118,41                              |
|                                       |           |          | 8,61              | 6,21    | 69,06       | 364,68                              |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                        |           |          | 52,36             | 62,90   | 213,41      | 1 657,86                            |