



**МЕНЮ**  
**23 июля 2026 г.**

**Ясли 12 часов**

| Наименование блюда                                 | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                    |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                            |       |                   |         |             |                               |
| -КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 130   | 5,76              | 4,53    | 15,89       | 120,30                        |
| -КАКАО С МОЛОКОМ                                   | 180   | 1,82              | 1,43    | 8,94        | 56,54                         |
| -БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ                              | 20    | 0,93              | 3,69    | 9,02        | 73,12                         |
| МАНДАРИН                                           | 96    | 0,77              | 0,19    | 7,22        | 36,58                         |
| Итого                                              |       | 9,28              | 9,84    | 41,07       | 286,54                        |
| II Завтрак                                         |       |                   |         |             |                               |
| ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% КЛУБНИКА-БАНАН                | 109   | 2,03              | 2,31    | 10,06       | 69,23                         |
| Итого                                              |       | 2,03              | 2,31    | 10,06       | 69,23                         |
| Обед                                               |       |                   |         |             |                               |
| -САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                                   | 40    | 0,56              | 3,03    | 3,20        | 39,16                         |
| СВЕКОЛЬНИК (БОРЩ ЗЕЛЕНый) СО СМЕТАНОЙ              | 200   | 4,43              | 4,73    | 15,56       | 116,35                        |
| -ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)                        | 60    | 10,87             | 7,19    | 4,02        | 124,42                        |
| -ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ                      | 120   | 1,61              | 5,00    | 10,60       | 102,10                        |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                               | 15    | 0,99              | 0,13    | 6,36        | 30,59                         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 20    | 1,50              | 0,58    | 10,28       | 52,40                         |
| НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА                               | 180   | 0,69              | 0,28    | 15,20       | 62,30                         |
| Итого                                              |       | 20,65             | 20,94   | 65,22       | 527,32                        |
| Полдник                                            |       |                   |         |             |                               |
| -САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)     | 40    | 0,25              | 0,03    | 0,53        | 4,02                          |
| -ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ)                           | 60    | 8,40              | 7,76    | 9,51        | 130,00                        |
| -КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ                                | 120   | 2,05              | 3,03    | 15,40       | 102,46                        |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                               | 25    | 1,66              | 0,22    | 10,60       | 50,99                         |
| НАПИТОК ЛИМОННЫЙ-                                  | 150   | 0,17              | 0,02    | 10,26       | 45,27                         |
| ВАФЛИ                                              | 25    | 0,71              | 0,84    | 19,57       | 89,61                         |
| Итого                                              |       | 13,24             | 11,90   | 65,87       | 422,35                        |
| Всего                                              |       | 45,20             | 44,99   | 182,22      | 1 305,44                      |