



**МЕНЮ**  
**8 июля 2026 г.**  
**Ясли 12 часов**

| Наименование блюда                                | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|---------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                   |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                           |       |                   |         |             |                                     |
| -КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ                            | 130   | 5,73              | 5,41    | 24,49       | 170,49                              |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 15    | 1,16              | 0,45    | 7,94        | 40,49                               |
| -ЧАЙ С САХАРОМ                                    | 180   | 0,12              | 0,00    | 6,11        | 24,91                               |
| -БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                | 30    | 2,72              | 3,49    | 8,65        | 83,06                               |
| Итого                                             |       | 9,73              | 9,35    | 47,19       | 318,95                              |
| II Завтрак                                        |       |                   |         |             |                                     |
| ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% ЯБЛОКО-ГРУША                 | 106   | 2,05              | 2,27    | 9,73        | 67,19                               |
| Итого                                             |       | 2,05              | 2,27    | 9,73        | 67,19                               |
| Обед                                              |       |                   |         |             |                                     |
| САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА              | 35    | 0,96              | 2,12    | 2,02        | 30,93                               |
| -СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ         | 180   | 3,04              | 2,72    | 10,16       | 106,00                              |
| -СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ                                   | 60    | 6,52              | 4,56    | 14,32       | 108,06                              |
| -РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)                         | 110   | 1,98              | 6,03    | 17,66       | 104,98                              |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                              | 22    | 1,46              | 0,19    | 9,38        | 45,12                               |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 21    | 1,55              | 0,60    | 10,59       | 53,99                               |
| СОК ФРУКТОВЫЙ                                     | 188   | 0,94              | 0,19    | 18,95       | 80,66                               |
| Итого                                             |       | 16,45             | 16,41   | 83,08       | 529,74                              |
| Полдник                                           |       |                   |         |             |                                     |
| -САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ<br>(НАРЕЗКА) | 40    | 0,25              | 0,03    | 0,53        | 4,06                                |
| -МАКАРОННИК С МЯСОМ                               | 175   | 22,33             | 15,66   | 27,14       | 338,87                              |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                              | 22    | 1,46              | 0,19    | 9,38        | 45,12                               |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                  | 148   | 4,11              | 3,68    | 6,91        | 76,43                               |
| -БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ                                 | 45    | 1,07              | 3,57    | 23,66       | 117,44                              |
| Итого                                             |       | 29,22             | 23,13   | 67,62       | 581,92                              |
| Всего                                             |       | 57,45             | 51,16   | 207,62      | 1 497,80                            |