

## МЕНЮ

20 мая 2026 г.

### Аллергик Ясли



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,24	4,25	22,49	140,98	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
2008		БАТОН	30	2,36	0,30	14,48	70,21	0,00
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>5,70</b>	<b>4,55</b>	<b>42,01</b>	<b>231,74</b>	<b>0,02</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКИ	114	0,45	0,45	11,13	53,36	11,35
<b>Итого</b>			<b>114</b>	<b>0,45</b>	<b>0,45</b>	<b>11,13</b>	<b>53,36</b>	<b>11,35</b>
<b>Обед</b>								
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	40	0,51	1,50	2,81	20,71	1,38
2008	118	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ	150/10	2,98	3,36	12,30	125,63	4,67
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	180	15,92	22,02	13,16	315,01	5,74
2008	441	НАЛИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,42	0,17	12,64	61,53	55,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	0,00	1,04	2,50	3,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>568</b>	<b>19,83</b>	<b>28,09</b>	<b>43,41</b>	<b>531,88</b>	<b>66,79</b>
<b>Полдник</b>								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,52	6,03	21,96	156,96	0,00
	ТК№046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150	0,00	0,00	15,00	56,99	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	40	3,12	0,41	1,98	95,18	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	20	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>10,44</b>	<b>10,04</b>	<b>53,84</b>	<b>408,52</b>	<b>0,00</b>
<b>Всего</b>				<b>36,42</b>	<b>43,13</b>	<b>160,39</b>	<b>1 223,50</b>	<b>78,16</b>

Калькулятор \_\_\_\_\_ С.В. Пустовая



## МЕНЮ

20 мая 2026 г.

### Ясли 10 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,34	5,52	25,75	174,41	0,38
2011	14/10	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,81	2,38	9,41	71,00	0,48
2008		БАТОН	30	2,36	0,30	14,48	70,21	0,00
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>10,51</b>	<b>8,20</b>	<b>49,64</b>	<b>315,65</b>	<b>0,86</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКИ	114	0,45	0,45	11,12	53,35	11,35
<b>Итого</b>			<b>114</b>	<b>0,45</b>	<b>0,45</b>	<b>11,12</b>	<b>53,35</b>	<b>11,35</b>
<b>Обед</b>								
2012	38	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЬИМ	40	0,51	1,30	2,82	25,88	1,38
2008	118	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ	150/10	3,39	3,38	13,15	125,33	4,74
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЦАМИ	180	15,92	22,03	13,03	314,56	5,74
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,42	0,17	12,64	61,53	55,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	0,00	1,04	2,50	3,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>588</b>	<b>20,24</b>	<b>28,01</b>	<b>44,14</b>	<b>530,30</b>	<b>66,86</b>
<b>Полдник</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫМ	100	9,80	16,79	1,80	197,60	0,14
	ТК№046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150	0,00	0,00	15,00	56,99	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	30	2,33	0,30	1,48	70,97	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	30	4,20	5,40	22,35	141,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>310</b>	<b>16,33</b>	<b>22,49</b>	<b>40,63</b>	<b>467,16</b>	<b>0,14</b>
<b>Всего</b>				<b>47,53</b>	<b>59,15</b>	<b>145,53</b>	<b>1 366,46</b>	<b>79,21</b>

Калькулятор \_\_\_\_\_ С.В. Пустовая



## МЕНЮ

20 мая 2026 г.

### Аллергик Сад

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	3,88	5,29	26,79	170,14	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,04	0,00	5,31	21,39	0,01
2008		БАТОН	39	3,15	0,39	19,35	90,77	0,00
Итого			399	7,07	5,68	51,45	285,30	0,01
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКИ	114	0,45	0,45	11,13	53,36	11,35
Итого			114	0,45	0,45	11,13	53,36	11,35
<b>Обед</b>								
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЬМИ	60	0,76	2,19	4,22	39,71	2,07
2008	118	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ	180/10	2,99	3,95	14,26	132,23	5,54
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	210	18,57	25,64	15,19	366,44	6,70
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,49	0,20	15,74	76,15	66,00
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	0,00	1,04	2,50	3,00	0,00
Итого			678	22,81	33,03	51,91	617,53	80,31
<b>Полдник</b>								
2008	184	КАША ГРЕНЧЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	5,40	7,04	20,23	189,60	0,00
	TK №046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180	0,00	0,00	18,00	68,39	0,00
	TK №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	40	3,12	0,41	1,98	95,18	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	20	2,80	3,50	14,90	94,40	0,00
Итого			420	11,32	11,05	61,11	447,57	0,00
Всего				41,65	50,21	175,80	1 403,76	91,67

Калькулятор \_\_\_\_\_ С. В. Пустовал



**МЕНЮ**  
20 мая 2026 г.

**Сад 10 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
			180	6,39	6,59	30,94	209,13	0,46
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	3,37	2,84	11,35	85,46	0,57
2011	14:10	КАКАО С МОЛОКОМ	30	3,15	0,39	19,35	93,77	0,00
2008		БАТОН	399	12,01	9,82	61,64	388,36	1,03
Итого								
<b>II Завтрак</b>								
			114	0,45	0,45	11,12	53,35	11,35
2008		ЯБЛОКИ	114	0,45	0,45	11,12	53,35	11,35
Итого								
<b>Обед</b>								
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМ	60	0,76	2,10	4,22	38,81	2,07
2008	118	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ	180	3,78	4,02	15,57	141,32	5,68
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	210	18,57	25,64	15,19	398,44	6,70
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	190	0,49	0,20	15,74	76,15	66,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	0,00	1,57	3,77	4,52	0,00
Итого			688	23,60	33,53	54,49	627,24	80,45
<b>Полдник</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	11,76	20,15	2,16	237,10	0,17
	ТК№046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180	0,00	0,00	18,00	66,39	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	40	3,12	0,41	1,98	95,18	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	30	4,20	5,40	22,35	141,80	0,00
Итого			370	19,08	25,96	44,49	542,27	0,17
Всего				58,04	69,76	171,74	1 611,22	93,00

Калькулятор \_\_\_\_\_ С. В. Пустовая