Согласовано
заведующая Кулова О.Н.

Утверждаю

Ген.директор АО "Артис-Детское питание"

АО "Артис-Детское питание" Площадка 1

АО "Артис-Детское питание" Подразделение № 83 //

МЕНЮ

16 ноября 2026 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое)	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа пшеничная , вода питьевая, молоко стерилизованное длительного хранения, соль йодированная, сахарный песок фасованный , масло сладко-сливочное несоленое)	150	3,4	4,4	19,8	132	0
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, лимон, сахарный песок фасованный , вода питьевая)	180/6	0,2		0,3	3	1
Итого			**366**	**6,8**	**8,5**	**27,1**	**197**	**1**
II Завтрак								
	435	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ (йогурт 2,5% жирности)	100	2,8	2,5	4,5	57	0,7
Итого			**100**	**2,8**	**2,5**	**4,5**	**57**	**0,7**
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые)	40	0,3		0,7	5	2
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), укроп, сметана 15% жирности)	180	1,2	3,5	5,6	61	7,4
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (рыба минтай филе, молоко стерилизованное длительного хранения, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированое)	60	9,3	8,9	1,9	126	0,1
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (картофель, морковь, молоко стерилизованное длительного хранения, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая)	120	1,9	3,6	14,7	100	7,1
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (вода питьевая, яблоки, сахарный песок фасованный)	180			0,9	4	0,4
	016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	0
	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			**620**	**15,6**	**16,8**	**42,6**	**389**	**17**
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (грудки куринные замороженные., масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, крупа рисовая, соль йодированная, вода питьевая)	160	2,8	5,2	27,6	168	0,9
	016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахарный песок фасованный , вода питьевая)	150	0,5	0,2	7	41	60
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" (мука пшеничная высш.сорт, сахарный песок фасованный , масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко стерилизованное длительного хранения, творог 5,0% жирности, дрожжи, соль йодированная, ванилин, масло подсолнечное рафинированое)	50	6,5	3,4	21,4	142	0
2008		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоки)	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого			**475**	**11,6**	**9,4**	**73,8**	**437**	**70,4**
Всего				**36,8**	**37,2**	**148**	**1080**	**89,1**

Повар _____ Полякова в.А