



# МЕНЮ Ясли (с 1 до 3 лет)

на 08.12.2025

Д/с № 104 "Соловушка" № 1, ул. Шлютова, 130 Ясли (с 1 до 3 лет)

Выход гр. Белки Жиры Углеводы Ккалл

| Сборник рецептур                | Код блюда | Наименование                                                           | Выход гр. | Белки | Жиры  | Углеводы | Ккалл  |
|---------------------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------|-----------|-------|-------|----------|--------|
| <b>Завтрак 1 (с 1 до 3 лет)</b> |           |                                                                        |           |       |       |          |        |
| 3/2011 Дели принт               | 12811     | Батон с маслом                                                         | 20/5      | 2,72  | 5,71  | 10,35    | 103,66 |
|                                 |           | Масло сливочное / Батон в ассортименте д/с                             |           |       |       |          |        |
|                                 | 15363     | Каша молочная ячневая жидкая с сахаром и                               | 150/5/2   | 3,66  | 4,01  | 18,29    | 123,86 |
|                                 |           | Вода / Крупа ячневая / Масло сливочное / Молоко / Сахар / Соль пищевая |           |       |       |          |        |
|                                 | 14630     | Чай с молоком                                                          | 150       | 1,33  | 1,47  | 9,15     | 55,18  |
|                                 |           | Вода / Молоко / Сахар / Чай черный                                     |           |       |       |          |        |
| Итого:                          |           |                                                                        |           | 7,71  | 11,19 | 37,79    | 282,70 |

## Завтрак 2 (с 1 до 3 лет)

|        |       |                                |     |      |      |       |       |
|--------|-------|--------------------------------|-----|------|------|-------|-------|
|        | 15439 | Напиток сывороточный           | 130 | 0,05 | 0,08 | 14,25 | 66,00 |
|        |       | Напиток сывороточный в ассорт. |     |      |      |       |       |
| Итого: |       |                                |     | 0,05 | 0,08 | 14,25 | 66,00 |

## Обед 1 (с 1 до 3 лет)

|        |       |                                                                                                                                                                              |     |       |       |       |        |
|--------|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|
| 25/04  | 13337 | Салат Степной                                                                                                                                                                | 40  | 0,65  | 1,58  | 3,40  | 30,39  |
|        |       | Горошек зеленый консервированный / Картофель п/ф / Лимонная кислота / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Огурцы соленые д/с / Сахар / Соль пищевая |     |       |       |       |        |
|        | 14790 | Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне                                                                                                                         | 150 | 3,97  | 5,54  | 5,71  | 88,56  |
|        |       | Вода / Капуста п/ф очищ / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль пищевая / Томатная паста / Цыплята бройлер. 1 кат. п/ф           |     |       |       |       |        |
|        | 15929 | Биточки куриные                                                                                                                                                              | 50  | 5,50  | 3,00  | 7,50  | 79,00  |
|        |       | Биточки куриные / Масло растительное                                                                                                                                         |     |       |       |       |        |
|        | 14834 | Рис отварной с овощами                                                                                                                                                       | 100 | 2,48  | 3,64  | 24,73 | 141,55 |
|        |       | Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Рис / Соль пищевая                                                                                              |     |       |       |       |        |
|        | 14809 | Компот из сухофруктов                                                                                                                                                        | 150 |       |       | 5,99  | 23,95  |
|        |       | Вода / Лимонная кислота / Сахар / Сухофрукты                                                                                                                                 |     |       |       |       |        |
|        | 12807 | Хлеб ржаной                                                                                                                                                                  | 40  | 2,72  | 0,52  | 15,92 | 79,24  |
|        |       | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)                                                                                                                                                |     |       |       |       |        |
|        | 671   | Хлеб пшеничный                                                                                                                                                               | 25  | 2,13  | 0,25  | 13,92 | 66,45  |
|        |       | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой                                                                                                                                             |     |       |       |       |        |
| Итого: |       |                                                                                                                                                                              |     | 17,45 | 14,52 | 77,16 | 509,14 |

## Уплотненный полдник (с 1 до 3 лет)

|                    |       |                                                                                                                                                                                  |     |       |       |        |          |
|--------------------|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-------|-------|--------|----------|
|                    | 14545 | Десерт фруктовый (банан)                                                                                                                                                         | 70  | 1,10  | 0,37  | 15,33  | 68,99    |
|                    |       | Бананы свежие д/с                                                                                                                                                                |     |       |       |        |          |
| 33/2011 Дели принт | 12801 | Салат из свеклы                                                                                                                                                                  | 40  | 0,60  | 2,44  | 3,52   | 38,42    |
|                    |       | Масло растительное / Свекла свежая п/ф                                                                                                                                           |     |       |       |        |          |
|                    | 14677 | Рулет мясной с луком и яйцом                                                                                                                                                     | 60  | 6,35  | 8,95  | 6,31   | 131,22   |
|                    |       | Батон в ассортименте д/с / Зелень / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Молоко / Сухари панировочные / Фарш Мясной дуэт из мяса курицы и говядины / Яйцо куриное столовое шт |     |       |       |        |          |
|                    | 14863 | Картофель запеченный с растительным маслом                                                                                                                                       | 110 | 2,48  | 4,09  | 20,21  | 127,60   |
|                    |       | Картофель п/ф / Масло растительное / Соль пищевая                                                                                                                                |     |       |       |        |          |
|                    | 14670 | Чай с сахаром                                                                                                                                                                    | 150 | 0,04  | 0,01  | 6,99   | 28,21    |
|                    |       | / Сахар / Вода                                                                                                                                                                   |     |       |       |        |          |
|                    | 12794 | Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                   | 20  | 1,72  | 0,26  | 9,04   | 45,38    |
|                    |       | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой                                                                                                                                                 |     |       |       |        |          |
|                    | 15958 | Печенье тарталетки в асс.                                                                                                                                                        | 22  | 1,65  | 6,30  | 13,50  | 117,30   |
|                    |       | Печенье тарталетки в асс.                                                                                                                                                        |     |       |       |        |          |
| Итого:             |       |                                                                                                                                                                                  |     | 13,93 | 22,42 | 74,90  | 557,11   |
| Всего:             |       |                                                                                                                                                                                  |     | 39,14 | 48,21 | 204,10 | 1 414,95 |

Зав.производством

Ответственный за пп  
2.3/2.4.3590-20

Россия, 445043, Самара

E-mail: gamma\_ps@mail.ru



Согласовано:

Заведующий Д/с № 104

"Соловушка" № 1, ул. Шлютова, 130

Кичатова Ольга

Анатолийевна  
детский сад  
№ 104  
«Соловушка»



Согласовано:

Заведующий Д/с № 104

"Соловушка" № 2, ул. Чапаева, 124

Кичатова О. А.

## МЕНЮ Ясли (с 1 до 3 лет)

на 08.12.2025

Д/с № 104 "Соловушка" № 2, ул. Чапаева, 124 Ясли (с 1 до 3 лет)

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Пищевая ценность |      |          |       |
|------------------|-----------|--------------|-----------|------------------|------|----------|-------|
|                  |           |              |           | Белки            | Жиры | Углеводы | Ккалл |

## Завтрак 1 (с 1 до 3 лет)

|                   |       |                                                                                                                                 |         |      |       |       |        |
|-------------------|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|------|-------|-------|--------|
| 3/2011 Дели принт | 12811 | Батон с маслом<br>Масло сливочное / Батон в ассортименте д/с                                                                    | 20/5    | 2,72 | 5,71  | 10,35 | 103,66 |
|                   | 15376 | Каша молочная кукурузная жидкая с сахаром и маслом<br>Вода / Крупа кукурузная / Масло сливочное / Молоко / Сахар / Соль пищевая | 150/5/2 | 4,70 | 4,23  | 29,87 | 176,33 |
|                   | 14630 | Чай с молоком<br>Вода / Молоко / Сахар / Чай черный                                                                             | 150     | 1,33 | 1,47  | 9,15  | 55,18  |
| Итого:            |       |                                                                                                                                 |         | 8,76 | 11,41 | 49,36 | 335,17 |

## Завтрак 2 (с 1 до 3 лет)

|        |       |                                                        |     |      |      |       |       |
|--------|-------|--------------------------------------------------------|-----|------|------|-------|-------|
|        | 15439 | Напиток сывороточный<br>Напиток сывороточный в ассорт. | 130 | 0,05 | 0,08 | 14,25 | 66,00 |
| Итого: |       |                                                        |     | 0,05 | 0,08 | 14,25 | 66,00 |

## Обед 1 (с 1 до 3 лет)

|        |       |                                                                                                                                                                                                                           |     |       |       |       |        |
|--------|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|
| 25/04  | 13337 | Салат Степной<br>Горошек зеленый консервированный / Картофель п/ф / Лимонная кислота / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Огурцы соленые д/с / Сахар / Соль пищевая                             | 40  | 0,65  | 1,58  | 3,40  | 30,39  |
|        | 14790 | Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне<br>Вода / Капуста п/ф очищ / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль пищевая / Томатная паста / Цыплята бройлер 1 кат. п/ф | 150 | 3,97  | 5,54  | 5,71  | 88,56  |
|        | 15929 | Биточки куриные<br>Биточки куриные / Масло растительное                                                                                                                                                                   | 50  | 5,50  | 3,00  | 7,50  | 79,00  |
|        | 14834 | Рис отварной с овощами<br>Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Рис / Соль пищевая                                                                                                                 | 100 | 2,48  | 3,64  | 24,73 | 141,55 |
|        | 14809 | Компот из сухофруктов<br>Вода / Лимонная кислота / Сахар / Сухофрукты                                                                                                                                                     | 150 |       |       | 5,99  | 23,95  |
|        | 12807 | Хлеб ржаной<br>Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)                                                                                                                                                                              | 40  | 2,72  | 0,52  | 15,92 | 79,24  |
|        | 14617 | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный или хлеб зерновой                                                                                                                                                                        | 15  | 1,29  | 0,20  | 6,78  | 34,04  |
| Итого: |       |                                                                                                                                                                                                                           |     | 16,61 | 14,47 | 70,02 | 476,72 |

## Уплотненный полдник (с 1 до 3 лет)

|                    |       |                                                                                                                                                                                                                  |     |       |       |        |          |
|--------------------|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-------|-------|--------|----------|
|                    | 14545 | Десерт фруктовый (банан)<br>Бананы свежие д/с                                                                                                                                                                    | 70  | 1,10  | 0,37  | 15,33  | 68,99    |
| 33/2011 Дели принт | 12801 | Салат из свеклы<br>Масло растительное / Свекла свежая п/ф                                                                                                                                                        | 40  | 0,60  | 2,44  | 3,52   | 38,42    |
|                    | 14677 | Рулет мясной с луком и яйцом<br>Батон в ассортименте д/с / Зелень / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Молоко / Сухари панировочные / Фарш Мясной дуэт из мяса курицы и говядины / Яйцо куриное столовое шт | 60  | 6,35  | 8,95  | 6,31   | 131,22   |
|                    | 14863 | Картофель запеченный с растительным маслом<br>Картофель п/ф / Масло растительное / Соль пищевая                                                                                                                  | 110 | 2,48  | 4,09  | 20,21  | 127,60   |
|                    | 14670 | Чай с сахаром<br>/ Сахар / Вода                                                                                                                                                                                  | 150 | 0,04  | 0,01  | 6,99   | 28,21    |
|                    | 14617 | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный или хлеб зерновой                                                                                                                                                               | 15  | 1,29  | 0,20  | 6,78   | 34,04    |
|                    | 15958 | Печенье тарталетки в асс.<br>Печенье тарталетки                                                                                                                                                                  | 22  | 1,65  | 6,30  | 13,50  | 117,30   |
| Итого:             |       |                                                                                                                                                                                                                  |     | 13,50 | 22,35 | 72,64  | 545,77   |
| Всего:             |       |                                                                                                                                                                                                                  |     | 38,92 | 48,31 | 206,27 | 1 423,66 |

Зав.производством

Ответственный за производство  
2.3/2.4.3590-20

Россия, 445043, Самара, ул. Северная, 35

E-mail: gamma\_ps@mail.ru

