

МЕНЮ

9 июня 2026 г.

Ясли 12 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		
Завтрак								
2024	32	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	10	0,30	0,02	0,63	3,88	0,40
2024	61	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	131	6,96	12,00	2,08	187,00	0,17
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
2012	368	ГРУША	100	0,40	0,30	10,28	46,88	4,99
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			406	8,44	12,45	26,31	296,53	5,58
II Завтрак								
2024	62	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	182	3,13	4,55	8,18	72,72	0,55
Итого			182	3,13	4,55	8,18	72,72	0,55
Обед								
2011	27	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	41	0,45	2,51	1,54	31,30	31,05
2024	28	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	3,21	5,26	7,91	88,39	6,01
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	112	2,43	3,77	16,01	109,14	7,69
2024	ТК № 35	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	55	6,56	5,18	14,66	93,15	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ АБРИКОСОВЫЙ	153	0,74	0,14	18,85	73,44	3,05
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	14	0,88	0,39	7,00	35,63	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			555	14,96	17,38	72,33	461,64	47,80
Полдник								
2012	320	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	113	2,77	2,15	5,85	54,25	25,25
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	62	7,83	4,12	15,55	117,42	0,21
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	37,84	0,16
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	43	2,75	3,47	42,80	145,20	0,04
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,01	0,17	8,46	40,68	0,00
Итого			400	14,52	9,95	83,52	395,39	25,66
Всего				41,05	44,33	190,34	1 226,28	79,59

Ответственный _____ Капитонова В.А.