

МЕНЮ
7 октября 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								
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	2	5	17,3	121	0,5
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,4	2,1	10,6	65	0,4
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	2,2	5	15,1	116	0
Итого			365	5,6	12,1	43	302	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	170			19,6	78	3,4
Итого			170			19,6	78	3,4
Обед								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	40	0,7	2,9	5,4	49	2,9
2012	145	СВЕКОЛЬНИК	150	3,6	4,1	11,7	104	5,8
2004	464	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (ПАРОВЫЕ)	60	7,5	7,7	6,7	138	0,3
2012	353	СОУС МОЛОЧНЫЙ ГУСТОЙ №353	20	0,4	3	2,4	39	0,1
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	1,7	2,2	10,3	67	22,7
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,1		8,2	32	1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,7	0,4	16,7	84	0
Итого			571	16,7	20,3	61,4	513	32,8
Полдник								
2008		БИОКЕФИР	151	3,8	3,8	8,3	92	0
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	60	3,4	2,8	27,3	143	0,1
Итого			211	7,2	6,6	35,6	235	0,1
Ужин								
2011	213	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	130	8,9	8,6	14,5	187	0,9
2008		ВАРЕНЬЕ	20		0,1	13,6	51	0,2
2008		БАТОН	30	2,2	0,9	15,1	78	0
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ	180	0,1	0,1	10,6	43	14,1
2008		ГРУША	96	0,4		10,3	41	4,8
Итого			456	11,6	9,7	64,1	400	20
Всего				41,1	48,7	223,7	1528	57,2