

МЕНЮ
5 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	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	2,8	5,7	15,8	123	0,5
2011	264	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,5	3,7	11,5	88	0,7
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30	3,1	6,8	10	115	0
Итого			360	8,4	16,2	37,3	326	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	171			19,6	79	3,4
Итого			171			19,6	79	3,4
Обед								
2004	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ	40	0,4	4,1	1,6	45	32,1
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	3,4	2,2	14,1	90	3,7
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕНАЯ	60	6,8	6	5,4	113	0,2
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	70	1	2,2	12,3	71	5,2
2007	59	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ	40	0,5	1,1	4,5	29	1,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,2		13,4	57	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16,3	82	0
Итого			550	14,9	16	67,6	487	43
Полдник								
2008		БИОКЕФИР	150	3,8	3,8	8,3	92	0
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С ИЗЮМОМ	60	3,3	4,2	29,4	162	0,1
Итого			210	7,1	8	37,7	254	0,1
Ужин								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	130	8	7,4	16	173	14,8
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	20	0,2	1,1	1,6	21	0,3
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	2,7	3,7	0,3	52	0
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ	180	0,1	0,1	10,6	43	14,6
2008		БАТОН	30	2,2	0,9	15,1	78	0
Итого			400	13,2	13,2	43,6	367	29,7
Всего				43,6	53,4	205,8	1513	77,4