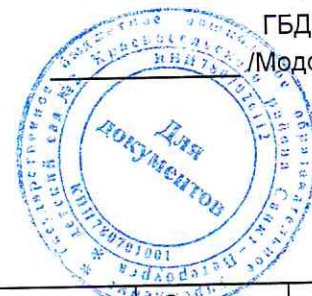


# МЕНЮ

20 апреля 2026 г.

## Ясли 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2024	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	1,88	1,91	7,63	43,66	0,00
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,80	5,70	19,79	134,90	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,04	0,00	6,88	27,63	0,01
2024	49	МАНДАРИН	95	0,76	0,19	7,13	36,10	36,10
<b>Итого</b>			<b>395</b>	<b>5,48</b>	<b>7,80</b>	<b>41,43</b>	<b>242,29</b>	<b>36,11</b>
<b>II Завтрак</b>								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	180	3,10	4,50	8,10	73,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>3,10</b>	<b>4,50</b>	<b>8,10</b>	<b>73,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	23	0,37	1,17	2,36	22,00	6,29
2024	53	БУЛЬОН С ЯЙЦОМ ГРЕНКАМИ, КУРОЙ	149/20/10	6,62	5,84	6,47	104,88	0,28
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	50	4,18	8,13	1,86	54,07	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	110	2,17	3,72	14,34	100,14	6,69
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	145	0,07	0,04	22,32	88,02	0,17
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,26	0,22	10,60	50,99	0,00
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>552</b>	<b>16,17</b>	<b>19,70</b>	<b>68,23</b>	<b>472,50</b>	<b>13,43</b>
<b>Полдник</b>								
2024	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	132	13,19	13,57	21,85	278,76	0,00
2012	361	СОУС КЛЮКВЕННЫЙ	28	0,35	0,01	3,39	13,95	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	149	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>309</b>	<b>13,54</b>	<b>13,58</b>	<b>25,24</b>	<b>292,71</b>	<b>0,00</b>
<b>Всего</b>				<b>38,29</b>	<b>45,58</b>	<b>143,00</b>	<b>1 080,50</b>	<b>49,54</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Митрофанова Л.В.