

МЕНЮ
22 апреля 2026 г.**Ясли 12 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	1,15	4,64	7,70	77,17	0,00
2024	ТК № 17	ОМЛЕТ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	129	6,05	2,25	21,32	127,33	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5	0,19	0,00	9,93	41,33	0,80
Итого			304	7,39	6,89	38,95	245,83	0,80
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	172	3,10	4,50	8,10	73,00	0,00
Итого			172	3,10	4,50	8,10	73,00	0,00
Обед								
2024	ТК № 18	САЛАТ "ЛЕТНИЙ" (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ, ПОМИДОРЫ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ)	50	0,52	2,60	1,79	33,15	43,59
2024	26	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,21	5,34	5,74	90,51	6,80
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	51	7,50	7,15	1,84	101,59	0,34
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,80	4,78	26,80	174,00	0,00
2024	ТК № 19	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	5,65	22,58	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	46	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,73	0,73	12,88	65,63	0,00
Итого			567	20,45	20,73	61,06	518,05	50,73
Полдник								
2012	288/356	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	51/20	6,82	6,30	7,52	110,09	0,00
2008	337	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ (КАБАЧКИ) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	64	0,45	1,17	3,47	26,62	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	16,75	80,29	60,39
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			301	8,45	7,80	34,10	247,59	60,39
Всего				39,39	39,92	142,21	1 084,47	111,92

Медицинская сестра _____ Митрофанова Л.В.