

МЕНЮ
16 сентября 2026 года

Ясли 12 часов

Сбор-н ик рецеп-т ур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
Завтрак								
2024	42	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	155	10,72	25,04	4,44	286,73	1,12
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	27,87	0,00
2024	48	АПЕЛЬСИН	94	0,85	0,19	7,62	40,44	56,43
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,92	0,17	8,46	40,68	0,00
Итого			431	12,65	25,44	31,38	395,72	57,55
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	40	0,32	0,04	0,99	5,54	3,96
2024	26	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,51	4,15	3,81	75,85	11,25
2012	288/356	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	75/20	10,09	24,42	13,41	318,54	1,05
2024	47	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	110	4,89	9,27	31,69	229,57	0,00
2024	31	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,38	0,09	13,18	51,56	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,92	0,17	8,46	40,68	0,00
2024	46	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,08	0,88	15,46	78,76	0,00
Итого			610	23,19	39,02	87,00	800,50	16,26
Полдник								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	85	13,55	21,40	17,18	315,41	0,15
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	115	0,05	8,00	0,08	72,56	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,45	0,15	14,30	60,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ	130	13,85	17,39	32,44	341,70	9,98
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,92	0,17	8,46	40,68	0,00
Итого			500	28,82	47,11	72,46	830,35	10,13
Всего				64,66	111,57	190,84	2 026,57	83,94
