

МЕНЮ
29 сентября 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								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,09	0,46	11,59	44,36	0,00
2024	8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,07	6,71	17,60	147,29	0,34
2024	1	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	130	1,36	0,19	17,75	78,15	0,00
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,39	1,82	11,75	73,47	0,39
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
2024	48	АПЕЛЬСИН	95	0,86	0,19	7,70	40,85	57,00
2012	368	ЯБЛОКО (аллергии)	96	0,39	0,39	9,50	40,44	0,00
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,51	44,52	0,00
Итого			495	11,21	11,68	53,15	350,49	57,73
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	150	4,44	3,83	7,35	82,68	0,82
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
Итого			150	4,44	3,83	7,35	82,68	0,82
Обед								
2011	27	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	40	0,32	2,71	1,05	30,64	7,38
2024	25	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	4,39	4,88	13,90	117,19	5,84
2024	26	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ (аллергии)	150/10/5	3,88	2,44	5,85	61,59	7,05
2024	12	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	160	9,20	6,86	14,52	186,28	0,00
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергии)	70	10,22	8,24	4,54	132,96	0,41
2024	1	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	130	1,36	0,19	17,75	78,15	0,00
2024	ТК № 13	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	150	0,55	0,23	15,87	78,17	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,70	0,13	6,49	31,20	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
Итого			546	16,46	15,39	62,12	495,88	13,22
Полдник								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	10,65	6,71	15,03	163,17	0,29
2012	122	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) (аллергии)	50	7,49	6,10	4,99	104,71	0,00
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ	110	1,31	3,08	7,96	65,21	7,81
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (аллергии)	110	1,41	0,19	7,66	38,41	9,04
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,12	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 16	ПЕЧЕНЬЕ	21	1,60	2,09	15,87	88,96	0,00
Итого			361	14,68	12,06	47,34	358,13	8,10
Всего				46,79	42,96	169,96	1 287,18	79,87