

МЕНЮ

30 апреля 2026 г.

Ясли 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2024	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	1,02	0,40	7,01	35,73	0,00
2024	24	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,07	6,28	23,16	169,65	0,32
2024	24	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ (аллергики)	130	3,38	4,80	20,53	138,71	0,00
2024	19	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,14	2,56	4,42	54,31	0,46
2012	368	ЯБЛОКО	91	0,36	0,36	8,94	38,06	9,12
Итого			391	9,59	9,60	43,53	297,75	9,90
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	151	3,23	3,79	5,86	67,67	1,06
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,10	0,00	0,20	1,20	0,02
Итого			151	3,23	3,79	5,86	67,67	1,06
Обед								
2024	43	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	45	0,49	0,09	1,70	10,76	11,21
2024	44	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/20/5	7,53	9,29	7,87	145,50	6,91
2024	44	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ С ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	150/20/5	7,42	10,26	7,04	150,33	5,94
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	30	1,12	2,08	4,74	42,22	0,15
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,52	3,97	20,43	117,80	10,32
2024	3	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	150	0,19	0,00	21,16	96,80	0,27
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,18	0,51	8,82	44,95	0,00
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	0,92	0,15	6,95	33,45	0,00
Итого			563	13,95	16,09	71,67	491,48	28,86
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	18	2,24	2,03	0,13	27,72	0,00
2024	14	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	195	14,48	16,14	7,28	233,61	16,31
2024	57	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150	0,26	0,06	2,40	12,71	7,31
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	4,12	1,57	25,14	131,29	0,09
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	0,92	0,15	6,95	33,45	0,00
Итого			424	22,02	19,95	41,90	438,78	23,71
Всего				48,79	49,43	162,96	1 295,68	63,53