

МЕНЮ
30 апреля 2026 г.**Ясли**

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	2,30	1,91	7,79	57,87	0,00
2024	24	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,40	6,18	22,92	141,63	0,33
2012	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	4,24	1,11	24,04	122,88	0,00
2024	19	КАКАО С МОЛОКОМ	150	1,95	2,56	11,29	70,59	0,48
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
2012	368	ЯБЛОКО	95	0,38	0,38	9,31	39,65	9,50
Итого			395	7,03	11,03	51,31	309,74	10,31
II Завтрак								
2024	435	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	150	3,20	3,75	5,80	67,00	1,05
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
Итого			150	3,20	3,75	5,80	67,00	1,05
Обед								
2024	43	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,44	0,08	1,53	9,63	0,00
2024	44	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/20/5	4,50	6,05	15,99	110,10	6,27
2004	83-А	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (аллергики) (аллергики)	150/10	1,31	0,24	10,87	50,89	3,61
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	50	2,43	3,38	4,07	58,54	0,46
		РЫБА ОТВАРНАЯ (аллергики)	55	9,60	0,37	0,58	43,83	0,25
2012	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,52	3,97	20,43	117,80	10,32
2012	121	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	120	2,33	4,93	18,97	129,74	9,60
2024	3	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	150	0,01	0,00	11,03	44,12	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,37	0,59	10,25	52,27	0,00
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,12	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			585	12,39	14,25	71,78	433,25	17,05
Полдник								
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,46	2,23	0,14	30,46	0,00
2012		МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	14,46	12,45	0,00	169,55	0,00
2024	14	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	14,57	13,51	12,30	230,00	16,19
2024	57	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150	0,18	0,04	10,40	43,80	5,16
2024	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	1,85	0,80	12,82	111,87	0,09
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,12	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			395	20,18	16,76	44,14	456,92	21,44
Всего				42,80	45,79	173,03	1 266,91	49,85