



МЕНЮ

5 марта 2026 г.

Ясли

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	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	2,26	1,88	7,71	57,03	0,00
2024	24	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,40	6,18	22,92	141,63	0,33
2024	19	КАКАО С МОЛОКОМ	150	1,95	2,56	11,29	70,59	0,48
2012	368	ЯБЛОКО	95	0,38	0,38	9,31	39,65	9,50
Итого			395	6,99	11,00	51,23	308,90	10,31
II Завтрак								
2024	435	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	150	3,20	3,75	5,80	67,00	1,05
Итого			150	3,20	3,75	5,80	67,00	1,05
Обед								
2024	43	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,44	0,08	1,52	9,61	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
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	50	2,39	3,32	3,99	57,38	0,46
2012	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,52	3,97	20,43	117,80	10,32
2024	3	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	150	0,01	0,00	11,26	44,99	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	12,35	14,19	71,92	432,94	17,05
Полдник								
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	19	2,46	2,23	0,14	30,46	0,00
		МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	14,46	12,45	0,00	169,55	0,00
2024	14	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	9,67	9,28	12,13	202,65	16,16
2024	57	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150	0,18	0,04	10,40	43,80	5,16
2024	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	1,87	0,81	12,95	113,00	0,09
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,12	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			394	15,30	12,54	44,10	430,70	21,41
Всего				37,84	41,48	173,05	1 239,54	49,82