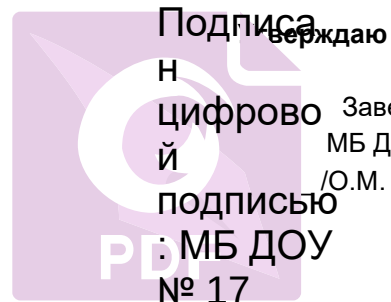




МЕНЮ

19 августа 2026 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- п-тур	№ техн. карт ы	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-т ическая ценност ь, ккал	Вит а-м ин С,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-в оды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	5,42	6,67	23,60	177,00	0,97
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	1,72	6,89	11,59	115,38	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/5	0,00	0,00	8,11	32,43	0,00
Итого			365	7,14	13,56	43,30	324,81	0,97
II Завтрак								
2012	368	ЯБЛОКО	95	0,38	0,38	9,31	39,65	9,50
Итого			95	0,38	0,38	9,31	39,65	9,50
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	30	0,29	1,88	1,06	22,72	1,99
2012	71	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,05	2,99	4,42	49,80	5,44
2012	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	50	7,32	8,57	4,61	124,70	0,00
2012	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	110	3,36	3,03	15,18	101,37	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,96	0,24	19,47	91,89	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	11,51	46,03	0,00
Итого			550	16,30	16,89	64,73	477,30	7,43
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	80	0,72	2,71	7,42	56,72	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С	180	2,83	2,18	15,42	93,22	0,47
Итого			260	3,55	4,89	22,84	149,94	0,47
Ужин								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	8,29	10,31	24,07	223,45	0,06
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/5	0,00	0,00	8,11	32,43	0,00
Итого			405	9,61	10,49	40,66	296,67	0,06
Всего				36,98	46,21	180,84	1 288,37	18,4