

МЕНЮ

6 августа 2026 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- п-тур	№ техн. карт ы	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская ценност ь, ккал	Вит а-м ин С,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-в оды, г		
Завтрак								
2012	415	КАША РИСОВАЯ	150	3,58	4,50	25,44	156,92	0,26
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	35	3,83	5,61	12,07	114,71	0,06
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5/3	0,06	0,01	9,88	40,98	1,11
Итого			373	7,47	10,12	47,39	312,61	1,43
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	95	0,38	0,38	9,30	44,61	9,49
Итого			95	0,38	0,38	9,30	44,61	9,49
Обед								
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	30	0,46	1,25	1,89	20,56	0,96
2008	110	СУП ПШЕННЫЙ С МЯСОМ (КУЛЕШ)	150	6,54	6,23	11,64	128,75	0,38
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	50	5,03	2,72	1,59	51,29	0,78
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,31	3,77	15,67	106,09	7,61
		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	11,49	45,96	0,00
Итого			550	18,62	14,39	70,23	485,33	9,73
Полдник								
2012	449	ОЛАДЫ	60	2,68	5,17	16,63	123,61	0,00
		СНЕЖОК 2,5%	140	3,94	3,40	14,94	105,92	0,00
Итого			200	6,62	8,57	31,57	229,53	0,00
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	10,43	20,11	1,89	230,34	0,14
2012	53	ИКРА ИЗ СВЕЖИХ КАБАЧКОВ	90	1,21	4,55	7,23	76,00	8,33
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	9,68	38,70	0,00
Итого			405	12,96	24,84	27,28	385,83	8,47
Всего				46,05	58,30	185,77	1 457,91	29,1