

Согласовано

Заведующим

д/с 71/1

_____ /Образцова С.И./

МЕНЮ

16 января 2026 г.

Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин C, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,4	6,9	10	69	0
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	2,6	2,5	18,5	128	0,6
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	1,8	13,6	77	1,7
Итого			360	9,2	11,2	42,1	274	2,3
II Завтрак								
		ГРУША	150	0,6	0,5	15,5	71	3
Итого			150	0,6	0,5	15,5	71	3
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	1,2	37	0,1
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,6	4,4	10,5	101	5,2
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	12,2	12,4	25	261	11,9
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,3	0,8	1,2	15	0
		КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150			4,9	19	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,6	0,2	10,6	52	0
Итого			551	19,3	20,1	53,4	485	17,2
Полдник								
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,6	0,1	1,9	12	5
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	120	4,2	6,7	23,1	192	0,1
	TKNº038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,1		7,2	29	0,91
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1	0,1	6,4	31	0
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	1,7	8,1	34	134	0
Итого			396	7,6	15	72,6	398	6,01
Всего				36,7	46,8	183,6	1228	28,51