

МЕНЮ
27 мая 2026 г.**Ясли 12 часов**

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	32	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ	10	0,31	0,02	0,66	4,04	0,42
2024	61	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	10,59	17,00	2,15	203,81	0,08
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (аллергики)	20	2,48	2,25	0,14	30,76	0,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	110	4,84	1,00	26,50	134,44	0,00
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
2012	368	ГРУША	95	0,40	0,30	10,28	46,88	4,99
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,81	0,14	6,81	32,74	0,00
Итого			400	12,20	17,46	26,86	315,65	5,51
II Завтрак								
2024	62	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	180	2,98	4,32	7,78	69,12	0,52
2012	368	ГРУША (аллергики)	95	0,43	0,33	11,16	50,90	5,42
Итого			180	2,98	4,32	7,78	69,12	0,52
Обед								
2011	27	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	40	0,45	2,51	1,54	31,30	31,05
2024	28	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	3,95	5,13	9,17	101,30	5,93
2024	28	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	150/10	10,97	8,85	20,79	208,07	15,36
2011	274	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ	55	4,76	5,43	10,91	114,47	1,51
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (аллергики)	60	8,56	6,92	6,48	122,28	0,00
2011	127	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	110	2,53	3,12	14,08	94,60	6,42
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	110	2,33	0,47	18,97	89,63	9,60
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,00	0,00	15,17	60,69	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,48	0,63	11,10	56,59	0,00
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,81	0,14	6,81	32,74	0,00
Итого			555	13,98	16,96	68,78	491,69	44,91
Полдник								
2012	245	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	60	5,45	4,13	0,25	88,20	0,38
2012	245	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ (аллергики)	90	12,37	0,53	3,34	67,57	1,98
2012	330	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ	115	2,00	3,02	11,97	83,76	8,15
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	110	2,33	0,47	18,98	89,68	9,60
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	27,87	0,16
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	40	4,58	2,95	20,12	125,72	0,02
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,09	0,19	9,16	44,06	0,00
Итого			397	13,28	10,33	52,36	369,61	8,71
Всего				42,44	49,07	155,78	1 246,07	59,65