

Утверждаю

Директор  
ООО "Общепит", Комсомольский д/с  
\_\_\_\_\_/Н.В. Горбунова/

# МЕНЮ

14 января 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								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	9	8	1,6	109	0,1
	12	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	79	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	1,2	0,8	7,7	42	0,2
Итого			330	12,5	9,7	24,7	230	0,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	2
Итого			100	0,5	0,1	9,9	43	2
Обед								
2004	41	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	1,1	2,5	3,6	41	2,3
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	150	4,1	2,4	10,7	78	2,7
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	4,1	2,4	17,7	107	0
2004	487	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	60	11,6	9,8	0,3	130	0,6
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	10	0,2	0,1	0,6	4	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,1	24	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			550	23,7	17,6	56	466	5,6
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	10	0,8	1	7,4	42	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,6	4	7,6	85	2,25
Итого			160	5,4	5	15	127	2,25
Ужин								
2004	133	СУФЛЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	150/10	13,4	6,9	61,7	354	32,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		5,7	22	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			340	15,8	7,1	82,5	447	32,4
Всего				57,9	39,5	188,1	1313	42,55

Составил \_\_\_\_\_