

Утверждаю

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

МЕНЮ

15 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 | | | | | | | | |
| 2004 | 302 | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ | 150 | 5,1 | 4,2 | 28 | 167 | 0,2 |
| | 12 | БАТОН | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 105 | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,1 | | 7,5 | 30 | 0 |
| Итого | | | 340 | 8,2 | 5,4 | 56,1 | 302 | 0,2 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 10 |
| Итого | | | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 10 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 14/2 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВИ | 40 | 0,6 | 4 | 3,5 | 53 | 5,4 |
| 2008 | 75 | СВЕКОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ | 150 | 1,3 | 2,6 | 7,6 | 58 | 3,8 |
| 2008 | 311 | ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ | 150 | 9,5 | 20,4 | 25,1 | 310 | 0,9 |
| 2008 | 396 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК | 150 | 0,1 | 0,1 | 8,1 | 34 | 1,2 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 82 | 0 |
| Итого | | | 530 | 14,1 | 27,5 | 61,3 | 537 | 11,3 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,6 | 4 | 7,6 | 85 | 2,25 |
| Итого | | | 150 | 4,6 | 4 | 7,6 | 85 | 2,25 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2004 | 267 | МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА | 130 | 3,4 | 3,4 | 22,4 | 132 | 2,6 |
| | | МОЛОКО СГУЩЕННОЕ | 15 | 1 | 1,2 | 7,6 | 44 | 0,1 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71 | 0 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,1 | | 5,7 | 22 | 0 |
| Итого | | | 325 | 6,8 | 4,8 | 50,8 | 269 | 2,7 |
| Всего | | | | 34,1 | 42,1 | 185,6 | 1240 | 26,45 |

Составил _____