

Утверждаю

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

МЕНЮ
19 января 2026 г.

Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	3,9	4,4	16,8	119	0,3
2008	3	БУТЕРБРОД С ВАРЕНОЙ СГУЩЕНКОЙ	30	2,4	1,5	17,2	92	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	1,2	0,8	7,7	42	0,2
Итого			330	7,5	6,7	41,7	253	0,6
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								
2008	77/2	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,5	0,9	4,4	28	3
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	150	1,4	2,5	7,7	58	3
2008	272	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	60	9,4	8	4,9	137	0
2004	534/3	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	1,9	3,2	8,5	70	17,9
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			540	15,9	15,1	50,6	409	25,1
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,2	3,6	6,6	73	0,8
Итого			150	4,2	3,6	6,6	73	0,8
Ужин								
2004	276	СУФЛЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ И МОРКОВИ	150	3,9	8,1	15,6	148	7,5
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	10	0,2	2,5	0,6	24	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2		10,8	43	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			340	6,6	10,8	42,1	286	7,5
Всего			34,7	36,3	150,9	1064	36	

Составил _____