

Утверждаю

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

МЕНЮ
20 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								
2004	302/1	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	150	3,9	3,4	21,4	128	0,2
	12	БАТОН	40	3	1,2	20,6	105	0
2004	685	ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	150	1,1	0,8	7,9	43	0,2
Итого			340	8	5,4	49,9	276	0,4
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2004	52/3	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	40	0,6	2,1	3,4	34	2,2
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	1,5	1,2	9,1	52	2,7
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	1,9	1,9	13	76	6,8
2004	487	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	60	11,6	9,8	0,3	130	0,6
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	10	0,2	1,7	0,6	18	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,1	24	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			550	18,4	17,1	49,5	416	12,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,2	3,6	6,6	73	0,8
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,1	2,8	27	146	0
Итого			200	8,3	6,4	33,6	219	0,8
Ужин								
2008	130	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	150	2,5	1,2	11,3	66	13
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	10	0,2	2,5	0,6	24	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		5,7	22	0
Итого			340	5,1	3,9	32,7	183	13
Всего				40,2	33,2	175,5	1141	36,5

Составил _____