

Утверждаю

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

МЕНЮ
22 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	3	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	2,8	4,1	14,4	102	0,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	4	13,4	98	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	1,2	0,8	7,7	42	0,2
Итого			330	6	8,9	35,5	242	0,5
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
1998	19	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	40	0,6	4	2,7	49	1,6
2008	110	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	1,4	4,5	7,4	74	5,1
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	10,4	10,3	17,8	211	9,6
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ	10	0,2	0,5	0,6	7	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	12,8	63	60
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			540	15,7	19,9	58,3	486	76,3
Полдник								
		ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	2,9	2,7	29,4	150	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,2	3,6	6,6	73	0,8
Итого			200	7,1	6,3	36	223	0,8
Ужин								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3,4	3	12,3	88	0,4
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			330	5,8	3,2	33,1	181	0,4
Всего			35	38,7	172,7	1179	88	

Составил _____