

Утверждаю

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

# МЕНЮ

23 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	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,2	3,7	26,7	160	0
	12	БАТОН	40	3	1,2	20,6	105	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,5	30	0
Итого			340	9,3	4,9	54,8	295	0
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	134	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	1,5	2,6	7,4	57	4,5
2008	259	ГУЛЯШ	60	7,9	19,9	2,3	211	0,7
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	100	2,7	3,3	26,7	144	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,1	24	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			500	14,7	26,2	59,5	518	5,2
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	10	0,8	1	7,4	42	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,2	3,6	6,6	73	0,8
Итого			160	5	4,6	14	115	0,8
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	21,4	14,5	18,7	283	0,2
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	15	1	1,2	7,6	44	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		5,7	22	0
Итого			345	24,8	15,9	47,1	420	0,3
Всего				54,3	51,7	185,3	1391	8,3

Составил \_\_\_\_\_