

Утверждаю

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

МЕНЮ

11 марта 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	7,7	6,8	0,9	92	0,1
	12	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	79	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	0,9	0,6	7,3	37	0,1
Итого			330	10,9	8,3	23,6	208	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								
2004	41	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	1,1	2,5	3,6	41	2,3
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,5	1,2	10,7	65	2,7
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	4,1	2,4	17,7	107	0
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
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			550	23,1	18	56	467	5,6
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	10	0,8	1	7,4	42	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	13,1	59	32,5
Итого			160	1,1	1,1	20,5	101	32,5
Ужин								
2004	133	СУФЛЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	150/10	7,8	6,6	17,6	154	8,5
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			340	10,2	6,8	38,4	247	8,5
Всего				45,7	34,6	148,3	1070	56,8

Составил _____