

Утверждаю

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

МЕНЮ

23 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	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,1	3,3	21,8	130	0,2
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10	4,6	3,8	15,4	115	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	150	1,6	1,2	7,4	46	0,2
Итого			340	10,3	8,3	44,6	291	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								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	150	2	3,7	5,2	61	7,4
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,5	2,1	21,7	117	0
2008	259	ГУЛЯШ	60	7,9	19,9	2,3	211	0,7
2008	441	КИСЕЛЬ	150			14,6	58	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			490	15,4	26	56,5	508	8,1
Полдник								
		БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	50	3,8	3	27,2	147	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	14,8	71	60
Итого			200	4,3	3,2	42	218	60
Ужин								
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,4	3	12,2	85	11,9
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	4,8	3,2	33	178	11,9
Всего				35,2	41,1	185,9	1242	90,5

Составил _____