

Утверждаю

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

## МЕНЮ

7 апреля 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	150	3,2	3,1	17,6	108	0,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	4	13,4	98	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		5,7	22	0
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>5,3</b>	<b>7,1</b>	<b>36,7</b>	<b>228</b>	<b>0,3</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	2
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,9</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
1998	11	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	42	0,8	4	2,5	50	1,8
2004	135	СУП ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	150	1,3	2,3	6,4	51	5,1
2004	396	РЫБА ОТВАРНАЯ	60	11	0,7	0,4	49	0,3
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	10	0,2	2,5	0,6	24	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	1,9	1,9	13	76	6,8
2008	396	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	8,1	34	1,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
<b>Итого</b>			<b>542</b>	<b>17,3</b>	<b>11,8</b>	<b>43,7</b>	<b>345</b>	<b>15,2</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	10	0,8	1	7,4	42	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,6	4	7,6	85	2,25
<b>Итого</b>			<b>160</b>	<b>5,4</b>	<b>5</b>	<b>15</b>	<b>127</b>	<b>2,25</b>
<b>Ужин</b>								
2008	265	ЗАПЕКАНКА КАПУСТНАЯ	170	5,3	5,7	13,6	124	28,8
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ	10	0,2	0,5	0,6	7	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		5,7	22	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>7,9</b>	<b>6,4</b>	<b>35</b>	<b>224</b>	<b>28,8</b>
<b>Всего</b>				<b>36,4</b>	<b>30,4</b>	<b>140,3</b>	<b>967</b>	<b>48,55</b>

Составил \_\_\_\_\_