

Утверждаю

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

## МЕНЮ

30 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	3	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	2,8	3,8	14,4	99	0,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	3,3	13,4	91	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	1,2	0,8	7,7	42	0,2
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>6</b>	<b>7,9</b>	<b>35,5</b>	<b>232</b>	<b>0,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47</b>	<b>10</b>
<b>Обед</b>								
2008	47	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	39	1,9	4,9	2,4	61	1,2
2008	110	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	1,3	4,5	7,1	73	4,8
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	11,3	10,9	17,8	221	9,6
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ	10	0,2	0,5	0,6	7	0
2008	396	КОМПОТ ИЗ ЯГОДНОЙ СМЕСИ	150	0,1		9,4	38	0,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
<b>Итого</b>			<b>539</b>	<b>17,4</b>	<b>21,2</b>	<b>54,3</b>	<b>482</b>	<b>15,7</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	9	0,7	0,9	6,6	37	0
<b>Итого</b>			<b>9</b>	<b>0,7</b>	<b>0,9</b>	<b>6,6</b>	<b>37</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2004	267	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	130	4,3	5,7	20,3	147	2,6
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	13	0,9	1	6,6	39	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>323</b>	<b>7,6</b>	<b>6,9</b>	<b>47,7</b>	<b>279</b>	<b>2,6</b>
<b>Всего</b>				<b>32,1</b>	<b>37,3</b>	<b>153,9</b>	<b>1077</b>	<b>28,8</b>

Составил \_\_\_\_\_