

Утверждаю

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

## МЕНЮ

31 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		
<b>Завтрак</b>								
2004	302/1	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	150	3,9	3,1	21,4	126	0,2
	12	БАТОН	40	3	1,2	20,6	105	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,5	30	0
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>7</b>	<b>4,3</b>	<b>49,5</b>	<b>261</b>	<b>0,2</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>								
2004	52/3	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	40	0,6	2,1	3,5	35	2,5
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	1,5	1,2	9,1	52	2,7
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	1,9	1,9	13	76	6,8
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			7,3	29	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
<b>Итого</b>			<b>550</b>	<b>18,4</b>	<b>17,1</b>	<b>50,8</b>	<b>422</b>	<b>12,6</b>
<b>Полдник</b>								
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	15,7	74	60
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,2	2,9	27	147	0
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>4,7</b>	<b>3,1</b>	<b>42,7</b>	<b>221</b>	<b>60</b>
<b>Ужин</b>								
2008	130	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	150	2,6	1,2	12	69	13,2
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	10	0,2	2,5	0,6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		5,7	22	0
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>5,2</b>	<b>3,9</b>	<b>33,4</b>	<b>186</b>	<b>13,2</b>
<b>Всего</b>				<b>35,7</b>	<b>28,8</b>	<b>186,2</b>	<b>1137</b>	<b>96</b>

Составил \_\_\_\_\_