

Утверждаю

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

# МЕНЮ

5 мая 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	40	0,8	2,9	2,5	40	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>540</b>	<b>17,3</b>	<b>10,7</b>	<b>43,7</b>	<b>335</b>	<b>15,2</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	10	0,8	1	7,4	42	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	15,5	74	60
<b>Итого</b>			<b>160</b>	<b>1,3</b>	<b>1,2</b>	<b>22,9</b>	<b>116</b>	<b>60</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>32,3</b>	<b>25,5</b>	<b>148,2</b>	<b>946</b>	<b>106,3</b>

Составил \_\_\_\_\_