

Утверждаю

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

МЕНЮ

7 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2004 | 302 | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ | 150 | 5,1 | 4,2 | 28 | 167 | 0,2 |
| | 12 | БАТОН | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 105 | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,1 | | 7,5 | 30 | 0 |
| Итого | | | 340 | 8,2 | 5,4 | 56,1 | 302 | 0,2 |
| 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 | 75 | СВЕКОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ | 150 | 1,3 | 2,6 | 8,5 | 61 | 3,8 |
| 2008 | 311 | ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ | 150 | 11,6 | 12,3 | 25,1 | 249 | 1,3 |
| 2008 | 396 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК | 150 | 0,1 | 0,1 | 8,1 | 34 | 1,2 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 82 | 0 |
| Итого | | | 490 | 15,6 | 15,4 | 58,7 | 426 | 6,3 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 437 | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА | 150 | 0,5 | 0,2 | 15,5 | 74 | 60 |
| Итого | | | 150 | 0,5 | 0,2 | 15,5 | 74 | 60 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2004 | 267 | МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА | 130 | 4,3 | 5,8 | 20,3 | 148 | 2,6 |
| | | МОЛОКО СГУЩЕННОЕ | 15 | 1 | 1,2 | 7,6 | 44 | 0,1 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71 | 0 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,1 | | 5,7 | 22 | 0 |
| Итого | | | 325 | 7,7 | 7,2 | 48,7 | 285 | 2,7 |
| Всего | | | | 32,4 | 28,6 | 188,8 | 1134 | 79,2 |

Составил _____