

Утверждаю

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

## МЕНЮ

12 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	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	3,9	4,4	16,8	119	0,3
2008	3	БУТЕРБРОД С ВАРЕНОЙ СГУЩЕННОЙ	30	2,4	1,5	17,2	92	0,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,5	30	0
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>6,4</b>	<b>5,9</b>	<b>41,5</b>	<b>241</b>	<b>0,4</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>								
2004	153	СУП ХАРЧО С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150	4	3,1	7,6	78	0,8
2008	272	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	60	9,4	8	4,9	137	0
2004	534/3	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	1,9	3,2	8,5	70	17,9
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
<b>Итого</b>			<b>500</b>	<b>18</b>	<b>14,8</b>	<b>46,1</b>	<b>401</b>	<b>19,9</b>
<b>Полдник</b>								
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	15,5	74	60
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,5</b>	<b>0,2</b>	<b>15,5</b>	<b>74</b>	<b>60</b>
<b>Ужин</b>								
2004	276	СУФЛЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ И МОРКОВИ	150	3,6	6	15,2	127	7,5
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	10	0,2	2,5	0,6	24	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2		10,8	43	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>6,3</b>	<b>8,7</b>	<b>41,7</b>	<b>265</b>	<b>7,5</b>
<b>Всего</b>				<b>31,7</b>	<b>29,7</b>	<b>154,7</b>	<b>1024</b>	<b>89,8</b>

Составил \_\_\_\_\_