



## МЕНЮ

3 июля 2026 г.

### Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	-КАША "ДРУЖБА" ИЗ ПШЕНА И РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,62	5,12	19,20	141,14	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	6,17	25,12	0,02
2012	3	-БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	35	4,10	6,97	10,31	121,06	0,08
<b>Итого</b>			<b>345</b>	<b>8,84</b>	<b>12,09</b>	<b>35,68</b>	<b>287,32</b>	<b>0,10</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	пром.	АПЕЛЬСИН	95	0,85	0,19	7,69	40,80	56,94
<b>Итого</b>			<b>95</b>	<b>0,85</b>	<b>0,19</b>	<b>7,69</b>	<b>40,80</b>	<b>56,94</b>
<b>Обед</b>								
2008	19	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	40	0,81	2,24	2,87	18,01	1,06
2012	83	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	4,11	4,62	9,90	110,51	4,19
2012	282	-БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,05	7,20	12,03	142,10	0,15
2012	321	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	1,77	4,86	16,11	118,24	3,89
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
	TK №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	6,17	25,12	0,02
<b>Итого</b>			<b>625</b>	<b>18,06</b>	<b>19,83</b>	<b>68,41</b>	<b>520,27</b>	<b>9,31</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	241	-КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	60	5,08	2,92	5,49	89,63	1,20
2012	406	-ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	110	1,60	4,02	10,62	85,48	9,28
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,18	3,73	7,01	77,62	0,80
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>12,18</b>	<b>10,85</b>	<b>31,60</b>	<b>293,52</b>	<b>11,28</b>
<b>Всего</b>				<b>39,93</b>	<b>42,96</b>	<b>143,38</b>	<b>1 141,91</b>	<b>77,63</b>