

МЕНЮ**15 сентября 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								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	78	0
2012	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,9	0,6	5	29	0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	3,8	4,5	9	92	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	170	0,6	0,2	20,8	88	0
Итого			350	8,5	9,4	41,8	287	0
II Завтрак								
	ТК№025	ГРУША	95	1,4	1,4	6,8	45	0
	ТК№010	ПЕЧЕНЬЕ	10	0,8	1	3	24	0
Итого			105	2,2	2,4	9,8	69	0
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,3	1,6	3,2	28	0
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	3,1	5	9,8	97	0
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	60	6,9	2,7	13,5	106	0
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	110	1,8	5,6	16,1	122	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,3	0,1	8,3	35	0
	ТК№005	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	41	0
	ТК№006	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	53	0
Итого			565	15,3	15,8	69,7	482	0
Полдник								
	ТК№030	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	50	7,8	3,7	1,9	72	0,1
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2	1,6	9,8	67	6,4
	ТК№020	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1		10	41	0
	ТК№014	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК№006	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	53	0
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	40	4,2	4,2	23,4	148	0
Итого			435	17,3	10,3	66	432	6,5
Всего				43,3	37,9	187,3	1270	6,5