

МЕНЮ
26 ноября 2025 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	30	1,41	2,12	15,96	68,68	1,82
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,92	1,57	1,92	25,45	3,29
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	10,99	15,45	2,20	192,00	0,18
	ТК№02 8	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			360	16,12	21,54	32,78	370,13	5,79
II Завтрак								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	152	0,61	0,51	15,66	71,21	3,03
Итого			152	0,61	0,51	15,66	71,21	3,03
Обед								
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	0,99	5,54	1,58
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,21	6,47	5,80	98,94	8,37
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	15,10	15,30	3,50	134,00	0,60
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,80	4,78	26,80	174,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,05	0,00	7,63	39,09	0,20
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,02	0,12	6,53	31,62	0,00
Итого			590	26,48	26,67	51,25	483,19	10,75
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	175	12,94	12,88	12,50	218,66	18,39
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,02	0,12	6,53	31,62	0,00
	ТК№03 7	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,10	0,01	14,10	54,00	1,90
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,79	7,09	29,93	198,55	0,00
	ТК№00 5	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,50	20,00	4,00	207,00	0,30
Итого			490	20,35	40,10	67,06	709,83	20,59
Всего				63,56	88,82	166,75	1 634,36	40,16