

МЕНЮ
10 марта 2026 г.

АЛЛЕРГИКИ ЯСЛИ

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								
2024	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,69	2,84	10,28	82,10	0,07
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ НА ВОДЕ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,43	4,64	14,76	110,32	0,00
		ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,19	0,00	5,25	21,76	0,04
2024	49	МАНДАРИН	96	0,77	0,19	7,20	36,46	36,46
Итого			406	7,08	7,67	37,49	250,64	36,57
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	40	0,60	1,89	3,10	32,63	10,78
2024	53	БУЛЬОН С ЯЙЦОМ ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/20/10	5,04	3,26	15,68	147,84	1,00
2024	63	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	55	6,65	4,02	6,44	88,44	0,18
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ НА ВОДЕ	115	1,82	4,33	13,82	101,94	6,64
2024	18	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,85	0,05	6,78	27,09	0,27
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,51	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			590	16,47	13,81	58,54	459,13	18,87
Полдник								
2024	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	135	23,70	16,20	25,39	346,73	0,25
2008	387	СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	50	0,05	0,05	8,16	33,55	0,45
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
Итого			205	25,05	16,83	43,84	432,68	0,70
Всего				48,60	38,31	139,87	1 142,45	56,14