

**МЕНЮ**

12 мая 2026 г.

**АЛЛЕРГИКИ ЯСЛИ**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	25	1,33	0,56	14,06	53,84	2,50
2024	1	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ НА ВОДЕ	130	1,36	0,19	18,23	80,08	0,00
		ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,19	0,00	5,25	21,76	0,04
<b>Итого</b>			<b>305</b>	<b>2,88</b>	<b>0,75</b>	<b>37,54</b>	<b>155,68</b>	<b>2,54</b>
<b>II Завтрак</b>								
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,19	0,00	4,28	17,89	0,04
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,19</b>	<b>0,00</b>	<b>4,28</b>	<b>17,89</b>	<b>0,04</b>
<b>Обед</b>								
2024	38	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	0,99	5,53	3,95
2024	54	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	150	2,77	1,33	19,71	102,91	11,27
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	65	7,25	7,88	28,03	175,36	0,54
2011	317	ОВОЩИ ТУШЁНЫЕ	125	1,84	0,18	12,33	58,73	7,44
2024	15	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,09	0,09	9,79	40,77	0,86
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,51	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,37	0,59	10,25	52,27	0,00
<b>Итого</b>			<b>580</b>	<b>15,15</b>	<b>10,37</b>	<b>93,82</b>	<b>496,76</b>	<b>24,06</b>
<b>Полдник</b>								
2024	35	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	35	0,41	0,95	4,14	27,16	0,64
2024	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	135	23,70	16,20	25,39	346,73	0,25
		ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,19	0,00	6,22	25,63	0,04
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,37	0,59	10,25	52,27	0,00
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>25,67</b>	<b>17,74</b>	<b>46,00</b>	<b>451,79</b>	<b>0,93</b>
<b>Всего</b>				<b>43,89</b>	<b>28,86</b>	<b>181,64</b>	<b>1 122,12</b>	<b>27,57</b>