

МЕНЮ

17 апреля 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		
Завтрак								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,06	0,45	11,25	43,07	2,00
2024	51	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	125	6,40	4,70	27,37	178,10	0,03
		ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
2012	368	ЯБЛОКО	96	0,39	0,39	9,50	40,44	9,69
Итого			391	7,95	5,54	53,16	282,16	11,74
II Завтрак								
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,19	0,00	5,25	21,76	0,04
Итого			180	0,19	0,00	5,25	21,76	0,04
Обед								
2008	59	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ И МАСЛОМ	40	3,80	5,48	3,32	77,87	1,68
2024	30	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/15/1	5,92	5,96	9,72	116,54	5,45
2012	122	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	55	6,13	4,35	4,61	107,06	0,07
2012	320	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ	110	2,04	0,24	3,42	24,44	24,19
2024	31	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,38	0,09	13,18	51,56	0,00
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,26	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
Итого			566	20,83	16,92	55,14	480,86	31,39
Полдник								
2024	38	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	0,99	5,53	3,95
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,55	4,01	20,63	118,98	10,42
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,12	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,14	0,00	7,46	38,74	0,22
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	1,16	20,58	104,80	0,00
Итого			392	6,73	5,39	58,14	308,84	14,59
Всего				35,70	27,85	171,69	1 093,62	57,76