

**МЕНЮ**  
3 февраля 2026 г.

**ЯСЛИ 12 ЧАСОВ**

| Сбор-ник<br>рецеп-тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                       | Выход        | Химический состав |               |                 | Энерге-тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-мин<br>С, мг |
|-----------------------|---------------------|--|--------------|-------------------|---------------|-----------------|--------------------------------------|-------------------|
|                       |                     |  |              | Белки, г          | Жиры, г       | Угле-воды, г    |                                      |                   |
| <b>Завтрак</b>        |                     |  |              |                   |               |                 |                                      |                   |
| 2024                  | 7                   | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                       | 20           | 1,06              | 0,45          | 11,25           | 43,07                                | 2,00              |
| 2024                  | 1                   | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ   | 130          | 2,07              | 5,72          | 20,29           | 146,02                               | 0,40              |
| 2024                  | 9                   | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ               | 150          | 1,40              | 1,82          | 11,83           | 60,39                                | 0,39              |
| 2024                  | 34                  | ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ         | 125          | 3,13              | 25,00         | 5,00            | 258,75                               | 0,38              |
| <b>Итого</b>          |                     |  | <b>425</b>   | <b>7,66</b>       | <b>32,99</b>  | <b>48,37</b>    | <b>508,23</b>                        | <b>3,17</b>       |
| <b>II Завтрак</b>     |                     |  |              |                   |               |                 |                                      |                   |
| 2008                  | 442                 | СОК ФРУКТОВЫЙ                            | 167          | 0,83              | 0,17          | 16,83           | 76,67                                | 3,33              |
| <b>Итого</b>          |                     |  | <b>167</b>   | <b>0,83</b>       | <b>0,17</b>   | <b>16,83</b>    | <b>76,67</b>                         | <b>3,33</b>       |
| <b>Обед</b>           |                     |  |              |                   |               |                 |                                      |                   |
| 2024                  | 38                  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                            | 40           | 0,32              | 0,04          | 1,01            | 5,65                                 | 4,03              |
| 2024                  | 54                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 150/30       | 7,43              | 2,61          | 17,47           | 123,39                               | 7,50              |
| 2012                  | 310                 | СУФЛЕ КУРИНОЕ                            | 50           | 5,80              | 6,30          | 22,42           | 140,29                               | 0,43              |
| 2011                  | 317                 | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ                   | 125          | 3,16              | 5,44          | 16,24           | 127,08                               | 8,35              |
| 2024                  | 15                  | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК                   | 150          | 0,09              | 0,09          | 9,79            | 40,77                                | 0,86              |
| 2024                  | 41                  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ         | 25           | 1,26              | 0,22          | 10,60           | 50,99                                | 0,00              |
| 2024                  | 5                   | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                        | 15           | 1,03              | 0,44          | 7,71            | 39,30                                | 0,00              |
| <b>Итого</b>          |                     |  | <b>585</b>   | <b>19,09</b>      | <b>15,14</b>  | <b>85,24</b>    | <b>527,47</b>                        | <b>21,17</b>      |
| <b>Полдник</b>        |                     |  |              |                   |               |                 |                                      |                   |
| 2024                  | 35                  | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ                         | 30           | 0,37              | 1,01          | 3,48            | 24,80                                | 0,58              |
| 2024                  | 6                   | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                     | 130          | 24,01             | 16,45         | 23,17           | 341,32                               | 0,25              |
| 2008                  | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ          | 182          | 2,61              | 4,64          | 8,89            | 99,99                                | 0,99              |
| 2024                  | 5                   | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                        | 15           | 1,03              | 0,44          | 7,71            | 39,30                                | 0,00              |
| <b>Итого</b>          |                     |  | <b>357</b>   | <b>28,02</b>      | <b>22,54</b>  | <b>43,25</b>    | <b>505,41</b>                        | <b>1,82</b>       |
| <b>Всего</b>          |                     |  | <b>55,60</b> | <b>70,84</b>      | <b>193,69</b> | <b>1 617,78</b> | <b>29,49</b>                         |                   |