

**МЕНЮ**  
12 февраля 2026 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		
<b>Завтрак</b>								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,07	0,45	11,36	43,50	2,02
2024	45	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,50	5,84	22,30	143,04	0,33
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,14	0,00	8,89	46,14	0,26
2012	368	ГРУША	64	0,26	0,19	6,63	30,24	3,22
<b>Итого</b>			<b>376</b>	<b>4,97</b>	<b>6,48</b>	<b>49,18</b>	<b>262,92</b>	<b>5,83</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	169	3,66	4,21	6,53	72,77	1,18
<b>Итого</b>			<b>169</b>	<b>3,66</b>	<b>4,21</b>	<b>6,53</b>	<b>72,77</b>	<b>1,18</b>
<b>Обед</b>								
2024	29	СЕЛЬДЬ, САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	20/20	3,19	3,45	1,79	50,98	0,84
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ЗЕЛЕНЬЮ	150/20	6,57	6,40	13,82	139,42	7,45
2012	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ	50	5,58	9,14	9,18	114,00	0,06
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	110	2,70	5,10	12,58	107,67	8,07
2024	22	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,09	0,08	13,14	54,12	0,84
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,70	0,13	6,49	31,20	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>555</b>	<b>20,13</b>	<b>24,88</b>	<b>67,29</b>	<b>549,79</b>	<b>17,26</b>
<b>Полдник</b>								
2024	58	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ	40	0,50	0,00	1,90	10,09	40,00
2024	55	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦАМИ	50	9,40	4,87	15,08	141,56	0,31
2011	127	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	110	2,05	3,60	10,69	101,14	6,48
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,70	0,13	6,49	31,20	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,75	0,15	15,15	69,00	3,00
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>13,40</b>	<b>8,75</b>	<b>49,31</b>	<b>352,99</b>	<b>49,79</b>
<b>Всего</b>			<b>42,16</b>	<b>44,32</b>	<b>172,31</b>	<b>1 238,47</b>	<b>74,06</b>	