Утверждаю

Заведующий

_____ /Н.В Свалова/

МЕНЮ

12 октября 2026 г.

Ясли 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2001	35	ВЕРМИШЕЛЬ С МАСЛОМ	150	5,7	5,7	34,8	213	0
2001	26/1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	2,5	3,7	14,2	100	0
2008	122	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		7,6	31	0
		БАТОН НАРЕЗНОЙ НАРЕЗКА	25	1,7	0,3	13,3	58	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5		4,1		37	0
Итого			**350**	**7,5**	**10,1**	**55,7**	**339**	**0**
Обед								
2013	24	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	15	0,4		0,9	6	1,4
2008	53/1	СУП СВЕКОЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	150	2	1,1	7,9	52	3,3
2008	53/2	СУП СВЕКОЛЬНЫЙ БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергики)	150	2	0,2	8,3	43	3,5
2008	101	КНЕЛИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60	8,6	1,2	2,9	57	0,2
2008	77/1	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ПАРОВАЯ (аллергики)	60	8,9	7,2	4	116	0
2013	146	РЫБА МИНТАЙ ОТВАРНАЯ (аллергики)	60	8,8	0,5	0,6	42	0,3
2008	71	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,9	4,2	16,7	116	7,8
2008	72	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	130	2,5	3,6	20,5	125	10,4
2008	121	СОК ФРУКТОВЫЙ 1-3	100	0,5	0,1	10,1	43	2
		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ НАРЕЗКА	15	1,1	0,1	6,9	34	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	15	1,2	0,2	7,3	36	0
Итого			**485**	**16,7**	**6,9**	**52,7**	**344**	**14,7**
Полдник								
2008	113	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	80	6,5	6,3	39,8	241	0,1
2008		ПЕЧЕНЬЕ (аллергики)	34	2,6	3,3	25,3	142	0
2008	123	ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	150	2,2	2,3	9,9	70	0,4
2008	122	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,2		7,2	30	0
Итого			**230**	**8,7**	**8,6**	**49,7**	**311**	**0,5**
Всего				**32,9**	**25,6**	**158,1**	**994**	**15,2**