

**МЕНЮ**

9 июня 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>								
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135/15	24,19	15,71	29,99	364,70	0,30
2008	181	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	130	5,70	5,70	32,60	204,00	0,00
2012	393	-ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5	0,12	0,01	8,04	33,49	0,84
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	25	0,56	4,18	10,29	80,01	0,04
2008	пром.	-ГРУША	95	0,38	0,28	9,76	44,56	4,74
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>25,25</b>	<b>20,18</b>	<b>58,08</b>	<b>522,76</b>	<b>5,92</b>
<b>II Завтрак</b>								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	110	3,08	2,97	10,12	79,20	0,66
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ (аллергии)	200	0,97	0,19	19,59	83,42	0,00
<b>Итого</b>			<b>110</b>	<b>3,08</b>	<b>2,97</b>	<b>10,12</b>	<b>79,20</b>	<b>0,66</b>
<b>Обед</b>								
2008	50	-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ	40	1,41	3,86	5,59	24,01	5,66
2012	76	-РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	4,87	5,07	10,65	109,96	4,56
2012	76	-РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергии)	180	4,95	2,69	16,78	111,39	10,20
2008	229	-РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ	60	11,55	13,07	1,15	168,30	1,10
2012	245	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ (аллергии)	65	12,24	8,48	0,75	127,94	0,65
2012	321	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	5,45	16,77	126,52	8,09
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергии)	120	1,98	0,40	16,13	76,18	8,16
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
	TK №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ ГРУШ	180	0,12	0,09	12,65	52,26	0,60
<b>Итого</b>			<b>620</b>	<b>23,30</b>	<b>28,30</b>	<b>65,57</b>	<b>574,24</b>	<b>20,01</b>
<b>Полдник</b>								
2012	216	-ОМЛЕТ С СЫРОМ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	130/15	5,26	7,27	20,87	165,13	0,17
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергии)	100	1,63	0,33	13,28	62,74	6,72
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	55	14,25	9,58	0,00	144,78	0,00
	TK №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,10	1,70	9,05	60,33	0,38
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,20	0,00	6,30	26,10	0,00
2012	458	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	6,44	4,78	20,56	151,24	0,03
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>16,05</b>	<b>14,62</b>	<b>65,90</b>	<b>455,30</b>	<b>0,58</b>
<b>Всего</b>				<b>67,68</b>	<b>66,07</b>	<b>199,67</b>	<b>1 631,50</b>	<b>27,17</b>