

**МЕНЮ**  
23 декабря 2025 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>        |                     |   |              |                   |               |                 |                                      |                   |
| 2012                  | 3                   | БУТЕРБРОД С СЫРОМ   | 30           | 3,83              | 3,54          | 10,28           | 88,97                                | 0,07              |
| 2008                  | 189                 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                              | 155          | 3,80              | 6,10          | 20,90           | 154,00                               | 0,40              |
|                       | ТК№026              | ЧАЙ С МОЛОКОМ   | 180          | 3,20              | 1,80          | 13,60           | 77,00                                | 1,70              |
| <b>Итого</b>          |                     |   | <b>365</b>   | <b>10,83</b>      | <b>11,44</b>  | <b>44,78</b>    | <b>319,97</b>                        | <b>2,17</b>       |
| <b>II Завтрак</b>     |                     |   |              |                   |               |                 |                                      |                   |
| 2008                  | 442                 | СОК ФРУКТОВЫЙ   | 152          | 0,00              | 0,00          | 0,00            | 0,00                                 | 0,00              |
| <b>Итого</b>          |                     |   | <b>152</b>   | <b>0,00</b>       | <b>0,00</b>   | <b>0,00</b>     | <b>0,00</b>                          | <b>0,00</b>       |
| <b>Обед</b>           |                     |   |              |                   |               |                 |                                      |                   |
|                       | ТК№001              | ПОМИДОР СВЕЖИЙ  | 40           | 0,40              | 0,10          | 1,50            | 9,60                                 | 4,00              |
| 2012                  | 82                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/1     | 4,22              | 4,24          | 12,20           | 104,02                               | 4,77              |
| 2012                  | 294                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ   | 165          | 15,81             | 17,34         | 17,95           | 220,32                               | 15,10             |
|                       | ТК№027              | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА   | 150          | 0,46              | 0,12          | 13,27           | 56,74                                | 0,00              |
|                       | ТК№003              | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                                    | 15           | 1,02              | 0,12          | 6,53            | 31,62                                | 0,00              |
|                       | ТК№004              | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ   | 15           | 1,12              | 0,51          | 7,85            | 40,09                                | 0,00              |
| <b>Итого</b>          |                     |   | <b>546</b>   | <b>23,03</b>      | <b>22,43</b>  | <b>59,30</b>    | <b>462,39</b>                        | <b>23,87</b>      |
| <b>Полдник</b>        |                     |   |              |                   |               |                 |                                      |                   |
| 2012                  | 246                 | РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ  | 55           | 9,15              | 3,45          | 1,55            | 73,73                                | 0,71              |
| 2012                  | 321                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ   | 110          | 2,33              | 4,00          | 15,73           | 108,51                               | 7,62              |
|                       | ТК№003              | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                                    | 15           | 1,02              | 0,12          | 6,53            | 31,62                                | 0,00              |
|                       | ТК№051              | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК  | 150          | 0,10              | 0,10          | 18,10           | 75,00                                | 1,20              |
| 2008                  | 477                 | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ  | 50           | 4,76              | 1,60          | 28,09           | 145,61                               | 0,10              |
| <b>Итого</b>          |                     |   | <b>380</b>   | <b>17,36</b>      | <b>9,27</b>   | <b>70,00</b>    | <b>434,47</b>                        | <b>9,63</b>       |
| <b>Всего</b>          |                     |   | <b>51,22</b> | <b>43,14</b>      | <b>174,08</b> | <b>1 216,83</b> | <b>35,67</b>                         |                   |