

МЕНЮ

22 апреля 2026 г.

АЛЛЕРГИКИ ЯСЛИ

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2024	8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	130	2,39	1,20	15,38	81,84	0,00
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,14	0,00	7,46	38,74	0,22
		ЯБЛОКО	97	0,39	0,39	9,49	45,52	9,68
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			404	3,61	1,72	38,69	196,69	9,90
II Завтрак								
		ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,19	0,00	4,28	17,89	0,04
Итого			180	0,19	0,00	4,28	17,89	0,04
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	40	0,32	2,35	0,99	26,33	3,96
2024	26	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	4,38	4,55	6,82	86,45	8,08
2012	288/356	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	55/20	7,43	6,86	8,20	119,90	0,46
2024	47	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	110	3,44	4,04	20,97	122,74	0,00
2024	31	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,45	0,10	18,58	77,73	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	46	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,73	0,73	12,88	65,63	0,00
Итого			576	18,44	18,76	74,80	529,37	12,50
Полдник								
		МЯСО ОТВАРНОЕ	50	9,09	7,82	0,00	106,58	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА ВОДЕ	110	1,98	2,40	16,06	93,95	8,12
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,19	0,00	4,28	17,89	0,04
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,20	20,60	104,80	0,00
Итого			365	14,95	11,55	47,30	353,81	8,16
Всего				37,19	32,03	165,07	1 097,76	30,60