

**МЕНЮ**

4 мая 2026 г.

**ЯСЛИ 12 ЧАСОВ**

| Сборник рецептур  | № техн. карты | Наименование блюда                                | Выход      | Химический состав |              |               | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
|                   |               |   |            | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |               |
| <b>Завтрак</b>    |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2024              | 59            | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                 | 20         | 2,33              | 1,69         | 7,71          | 55,63                         | 0,04          |
| 2024              | 50            | КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 130        | 2,80              | 5,70         | 19,79         | 134,90                        | 0,44          |
| 2024              | 19            | КАКАО С МОЛОКОМ                                   | 150        | 1,95              | 2,56         | 11,29         | 70,59                         | 0,48          |
| 2024              | 49            | МАНДАРИН  | 95         | 0,76              | 0,19         | 7,13          | 36,10                         | 36,10         |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>395</b> | <b>7,84</b>       | <b>10,14</b> | <b>45,92</b>  | <b>297,22</b>                 | <b>37,06</b>  |
| <b>II Завтрак</b> |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2024              | 20            | ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ          | 184        | 3,16              | 4,59         | 8,26          | 74,46                         | 1,29          |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>184</b> | <b>3,16</b>       | <b>4,59</b>  | <b>8,26</b>   | <b>74,46</b>                  | <b>1,29</b>   |
| <b>Обед</b>       |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008              | 40            | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ         | 30         | 0,48              | 1,50         | 3,08          | 28,55                         | 8,29          |
| 2024              | 53            | БУЛЬОН С ЯЙЦОМ ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ  | 150/20/10  | 6,64              | 5,85         | 6,48          | 105,18                        | 0,90          |
| 2024              | 63            | ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ                         | 50         | 6,29              | 4,20         | 5,69          | 85,70                         | 0,16          |
| 2012              | 322           | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ                      | 110        | 2,18              | 3,69         | 14,35         | 99,90                         | 6,69          |
| 2024              | 18            | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                                  | 150        | 0,85              | 0,05         | 6,78          | 27,09                         | 0,27          |
| 2024              | 41            | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                  | 25         | 1,26              | 0,22         | 10,60         | 50,99                         | 0,00          |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>545</b> | <b>17,70</b>      | <b>15,51</b> | <b>46,98</b>  | <b>397,41</b>                 | <b>16,31</b>  |
| <b>Полдник</b>    |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2024              | 6             | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                              | 130        | 23,85             | 16,36        | 23,00         | 339,07                        | 0,25          |
| 2008              | 387           | СОУС ЯБЛОЧНЫЙ                                     | 30         | 0,03              | 0,03         | 5,09          | 20,92                         | 0,28          |
| 2008              | 442           | СОК ФРУКТОВЫЙ                                     | 143        | 0,71              | 0,14         | 16,00         | 72,86                         | 10,57         |
| 2024              | 17            | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                 | 20         | 1,30              | 0,58         | 10,29         | 52,40                         | 0,00          |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>323</b> | <b>25,89</b>      | <b>17,11</b> | <b>54,38</b>  | <b>485,25</b>                 | <b>11,10</b>  |
| <b>Всего</b>      |               |   |            | <b>54,59</b>      | <b>47,35</b> | <b>155,54</b> | <b>1 254,34</b>               | <b>65,76</b>  |