

МЕНЮ

20 февраля 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		
Завтрак								
2018	78	КАША ПШЕНИЧНАЯ	150	5,2	4,4	41,2	192	0,5
2018	300	ЧАЙ С МОЛ. СГУЩ.	180	3,7	4,2	27,7	164	0,2
2018	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,5	4,2	10	91	0
Итого			355	10,4	12,8	78,9	447	0,7
II Завтрак								
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008		ФРУКТ	90	0,3	0,3	7,6	36	3,2
Итого			290	1,3	0,5	27,8	122	7,2
Обед								
2018	49	ИКРА МОРКОВНАЯ	49	0,9	3,9	10,6	78	2,1
2018	69	СУП КРЕСТ. С КРУПОЙ	150	4,5	5	8,3	104	4,7
2018	124	ЗАПЕКАНКА КАП. С МЯСОМ	180	15,7	18,2	25,2	356	33,6
2018	309	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			9,7	35	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,4	0,1	9,5	45	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,2	0,3	16,3	69	0
Итого			616	24,7	27,5	79,6	687	40,4
Полдник								
2008		ВАФЛИ	15	0,4	0,5	11,3	38	0
2018	293	РЯЖЕНКА	165	3,2	4	6,7	80	0,2
Итого			180	3,6	4,5	18	118	0,2
Ужин								
2018	240	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛ. СГУЩ.	80/10	9,8	7,5	26,1	182	0,2
2018	298	ЧАЙ	177	0,1		11,4	41	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,4	0,1	9,5	45	0
Итого			286	11,3	7,6	47	268	0,2
Всего				51,3	52,9	251,3	1642	48,7