

Ясли

медсестра

[Signature]



МЕНЮ
17 августа 2026 г.

Сад

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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	200	8,68	5,37	39,37	237,83	0,74
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,44	0,24	28,13	124,52	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	3,84	0,07	35,09	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	3,13	4,02	0,00	48,04	0,04
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,94	4,95	8,91	102,38	1,06
Итого			419	20,24	18,42	76,48	547,86	1,84
II Завтрак								
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,43	0,43	10,52	50,47	10,74
Итого			100	0,43	0,43	10,52	50,47	10,74
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	65	0,91	2,56	5,33	47,89	2,49
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	7,00	3,46	25,12	159,88	8,40
2012	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ	80	20,34	10,24	23,02	318,67	0,10
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	3,63	7,51	21,58	169,72	12,91
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47	3,91	0,40	44,93	198,90	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,02	0,27	12,93	62,21	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	20,39	81,53	0,00
Итого			753	37,81	24,44	153,30	1 038,80	23,90
Полдник								
2012	216	ОМЛЕТ С СЫРОМ	105	13,18	17,83	1,39	218,17	0,11
2012	14	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	60	0,80	2,01	3,08	35,31	6,62
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,02	0,27	12,93	62,21	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,29	0,01	14,86	61,59	0,95
Итого			376	16,29	20,12	32,26	377,28	7,68
Всего				74,77	63,41	272,56	2 014,41	44,16

медсестра