

**МЕНЮ**  
**5 декабря 2025 г.**

**Ясли 12 часов(vs)**

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	3,07	3,44	10,72	113,91	5,20
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	4,81	7,17	14,47	172,75	0,58
2024	ТК № 22	КАША "ДРУЖБА" (аллергики)	150	1,46	4,30	17,05	179,00	0,00
	ТК№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	170	1,32	1,24	9,11	73,34	0,42
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>355</b>	<b>9,20</b>	<b>11,85</b>	<b>34,30</b>	<b>360,00</b>	<b>6,20</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	КЕФИР	125	4,17	2,08	16,46	75,00	0,33
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	80	0,32	0,27	8,27	37,60	1,60
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>4,17</b>	<b>2,08</b>	<b>16,46</b>	<b>75,00</b>	<b>0,33</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	1,27	3,24	30,66	1,52
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	3,63	6,64	3,43	66,70	4,03
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	60	2,10	5,25	5,89	75,57	0,07
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2,09	2,03	9,34	69,16	4,76
2008	442	СОК РАННЕГО ВОЗРАСТА ПЕРСИК	150	0,75	0,00	12,42	31,11	2,36
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,16	15,00	41,30	0,00
	ТК№012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	15,00	65,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>580</b>	<b>12,30</b>	<b>16,10</b>	<b>64,32</b>	<b>380,00</b>	<b>12,74</b>
<b>Полдник уплотнённый</b>								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,24	0,00	0,78	4,20	11,00
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	110	8,34	9,45	15,66	121,88	6,16
2008	437	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ ПРОТЁРТОЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00
	ТК№007	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,90	0,20	15,00	40,80	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	18,84	207,90	0,00
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ	80	0,32	0,24	8,24	32,00	4,00
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>11,30</b>	<b>11,85</b>	<b>64,33</b>	<b>430,00</b>	<b>21,16</b>
<b>Всего</b>			<b>36,97</b>	<b>41,88</b>	<b>179,41</b>	<b>1 245,00</b>	<b>40,43</b>	

Медсестра \_\_\_\_\_ Лукашевич Я.К,