



# МЕНЮ

3 марта 2026 г.

## Ясли 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	170	4,7	6,5	25,2	177	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ №397	150	2,1	2,5	11,2	74	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №13	5		4,1		37	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ к/к	30	2,2	0,9	14,8	77	0
<b>Итого</b>			<b>355</b>	<b>9</b>	<b>14</b>	<b>51,2</b>	<b>365</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	КЕФИР	100	3	2,6	4,1	55	0
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>3</b>	<b>2,6</b>	<b>4,1</b>	<b>55</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2010	81	СУП С БОБОВЫМИ И МЯСОМ №81	165	7,3	5,8	20,2	163	0
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №181	110	5,3	5	24,2	163	0
2008	272	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ П/Ф	70					0
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	50	0,3	2,7	2,2	35	0,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ №402	150			7,7	31	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ к/к	20	1,6	0,2	18,2	81	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ к/к	25	1,9	0,3	12,2	59	0
<b>Итого</b>			<b>590</b>	<b>16,4</b>	<b>14</b>	<b>84,7</b>	<b>532</b>	<b>0,3</b>
<b>Полдник</b>								
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,8	4,7	14	111	0,4
2008	442	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	150			7,7	31	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ к/к	20	1,6	0,2	18,2	81	0
<b>Итого</b>			<b>320</b>	<b>4,4</b>	<b>4,9</b>	<b>39,9</b>	<b>223</b>	<b>0,4</b>
<b>Всего</b>				<b>32,8</b>	<b>35,5</b>	<b>179,9</b>	<b>1175</b>	<b>0,7</b>