

Согласовано



Заведующий

Вишневская Л.П./

MEHIO

26 января 2026 г.

Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,15	0,49	12,16	46,55	0,00
2024	45	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,50	5,84	22,30	143,04	0,00
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	27,87	0,00
2012	368	БАНАН	102	1,54	0,52	17,23	86,62	0,00
Итого			414	6,35	6,89	62,55	304,08	0,00
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	171	3,70	4,25	6,60	73,50	0,00
Итого			171	3,70	4,25	6,60	73,50	0,00
Обед								
2024	29	СЕЛЬДЬ, САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	25/20	2,78	4,58	2,15	68,12	0,00
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ЗЕЛЕНЬЮ	150/20	4,52	6,41	13,73	119,90	5,20
2012	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ	55	6,03	9,87	9,91	123,12	0,00
2024	22	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	155	0,09	0,08	13,27	54,65	0,85
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,39	0,62	11,01	56,07	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	0,77	0,15	7,13	34,29	0,00
2011	127	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	115	2,17	3,82	11,33	107,21	0,00
Итого			578	17,75	25,53	68,53	563,36	6,05
Полдник								
2024	58	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ	43	0,53	0,00	2,01	10,70	42,40
2024	55	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦАМИ	55	5,16	5,58	12,21	121,21	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	171	0,85	0,00	21,68	93,90	6,83
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	1,94	0,84	13,47	117,52	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	0,77	0,15	7,13	34,29	0,00
2012	333	КАБАЧКИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	1,29	2,29	7,24	55,28	6,55
Итого			451	10,54	8,86	63,74	432,90	55,78
Всего				38,34	45,53	201,42	1 373,84	61,83