

**МЕНЮ**

26 марта 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								
ТТК № 122/1	122/1	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	7,80	8,40	2,20	132	0,17
ТТК № 22/1	22/1	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый)	30	0,90	1,10	1,50	19	0,00
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,50	10,60	53	0,00
ТТК № 92/1	92/1	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,10	1,70	11,50	70	0,00
Итого			350	12,30	11,70	25,80	274	0,17
II Завтрак								
ТТК № 73/1	73/1	РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	150	4,40	3,80	6,30	77	0,90
Итого			150	4,40	3,80	6,30	77	0,90
Обед								
ТТК № 362/1	362/1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	40	0,60	2,40	3,30	37	38,00
ТТК № 94/1	94/1	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	2,10	4,30	5,80	70	53,84
ТТК № 11/1	11/1/1	КОТЛЕТЫ, БИТОНКИ (ОСОБЫЕ) (БИТОНКИ)	60	7,00	7,40	8,50	129	0,43
ТТК № 109/1	109/1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	3,30	3,90	27,10	138	0,00
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,20	9,30	44	0,00
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,50	10,80	53	0,00
ТТК № 48/1	48/1	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	150	0,20	0,00	9,60	39	0,00
Итого			590	16,00	18,70	74,20	511	92,27
Полдник								
ТТК № 164/1	164/1	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ - "ЕЖИКИ"	80	5,10	5,50	6,50	99	0,00
ТТК № 156/1	156/1	ПУДИНГ ОВОЩНОЙ	120	2,20	6,30	11,10	93	0,00
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,20	9,30	44	0,00
ТТК № 98/1	98/1	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	1,00	0,10	24,50	102	0,00
ТТК № 19/1	19/1	ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0,80	6,40	12,40	102	0,00
Итого			400	10,40	16,50	65,80	440	0,00
Всего				43,10	50,70	172,10	1 302	93,34

Повар

Самойлова И.Н.