Утверждаю

АО "Артис-Детское питание"
Подразделение № 46

АО " Артис- Детское питание"
_____ /Ляско М.З/

МЕНЮ

20 ноября 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛО СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ	40	3,4	7,5	7,7	113	0,1
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6,2	9	26,9	212	0,8
2008	040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,7	2,2	10,2	72	0,5
Итого			**420**	**12,3**	**18,7**	**44,8**	**397**	**1,4**
II Завтрак								
2024	005	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	120	3,3	2,9	5,2	66	0,3
Итого			**120**	**3,3**	**2,9**	**5,2**	**66**	**0,3**
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	50	0,7	2,9	4,1	46	1,9
2008	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	4,4	6,9	9,8	121	5,2
2008	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА)	70	12,5	11,3	10,2	193	0
2012	322	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	3	3,2	19,9	121	9,3
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,5		28,8	119	4,3
2008	016	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,3	0,2	8,2	40	0
2008	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10	51	0
Итого			**690**	**23,9**	**25,1**	**91**	**691**	**20,7**
Полдник								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	50	0,8	5,1	3,9	65	3,5
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	5,4	4,7	34,9	204	0
2012	038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6	0,2		6,1	26	1,1
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,9	1,6	28,1	146	0,1
Итого			**476**	**16,4**	**16**	**73,3**	**504**	**4,7**
Всего				**55,9**	**62,7**	**214,3**	**1658**	**27,1**

_____