

Согласовано

Заведующий

/И.Е.Вежлева/

МЕНЮ
12 января 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецепт- ур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,8	8,3	11,3	119	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	8,4	7,4	31,9	219	0,7
	ТК№038	ЧАЙ СЛАДКИЙ	180/6	0,1		0,3	2	0
Итого			421	10,3	15,7	43,5	340	0,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,2	18,8	86	3,7
Итого			180	0,9	0,2	18,8	86	3,7
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,4		0,9	7	0
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	5,7	5	8,5	104	4,9
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	1	10	3,2	96	0,1
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	3,5	4,9	23,3	138	11
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,2	0,2	3,6	17	1,6
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			725	14	20,9	60,4	465	17,6
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	23,5	23,5	43,5	500	0,7
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	4,3	1,3	24,8	125	0
	ТК№046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180			18,6	73	0
Итого			455	29,5	25	97,5	749	0,7
Всего			54,7	61,8	220,2	1640	22,7	