

Согласовано

Заведующий

/И.Е.Вежлева/

МЕНЮ

23 января 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецепт-т ур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергети-ческая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	2,1	5,1	14,1	106	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,6	7,2	27,4	189	0,6
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,1		0,3	2	0
Итого			431	7,8	12,3	41,8	297	0,6
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								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,8	2,9	4	46	0
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,7	7,4	12,3	134	7
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	10,1	10,3	2,2	149	0,1
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	6	2,3	36,5	185	0
ТК№047		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,2	0,1	3,7	17	0,8
ТК №003		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
ТК №004		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			715	25,4	24	82,2	648	7,9
Полдник								
ТК№015		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3		1	6	0
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17,3	12,4	21,4	275	14,4
ТК№044		КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	1,1	0,1	10,3	46	0,4
ТК №003		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,2	12,7	61	0
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	5,1	3,3	27,4	156	0
Итого			450	25,8	16	72,8	544	14,8
Всего			59,9	52,5	215,6	1575	27	