

**МЕНЮ**  
**26 января 2026 г.**

**Сад 12 часов**

Сбор-н ик рецеп-т ур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергети-ческая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,8	9,3	11,3	127	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	7,7	7,3	30,9	211	0,6
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,2		0,5	4	1,2
<b>Итого</b>			<b>428</b>	<b>9,7</b>	<b>16,6</b>	<b>42,7</b>	<b>342</b>	<b>1,8</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	120	0,5	0,5	11,8	53	0
<b>Итого</b>			<b>120</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>11,8</b>	<b>53</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,4		0,9	7	0
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	6,1	5,3	8,8	111	5
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	2	10,9	3,3	108	0,1
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	3,5	4,9	23,4	139	11,1
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,1	0,1	2,9	14	1,3
	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
<b>Итого</b>			<b>725</b>	<b>15,3</b>	<b>22</b>	<b>60,2</b>	<b>482</b>	<b>17,5</b>
<b>Полдник</b>								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	24,9	24,2	45,7	522	1
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	7,1	2,7	25,2	152	0
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С"	180			18,6	73	0
<b>Итого</b>			<b>455</b>	<b>33,7</b>	<b>27,1</b>	<b>100,1</b>	<b>798</b>	<b>1</b>
<b>Всего</b>			<b>59,2</b>	<b>66,2</b>	<b>214,8</b>	<b>1675</b>	<b>20,3</b>	