

Согласовано

Заведующий

/И.Е.Вежлева/

**МЕНЮ**  
**27 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-во- ды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	5,8	7,9	11,2	117	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,3	7,9	26,4	188	0,6
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3	2,4	4,8	52	0,5
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>14,1</b>	<b>18,2</b>	<b>42,4</b>	<b>357</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,2	18,8	86	3,7
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>18,8</b>	<b>86</b>	<b>3,7</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,5	0,1	1,9	12	0
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	6,2	4,8	21,3	154	8
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	25,9	7,7	21	282	19,7
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,8	0,3	10,2	59	93
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
<b>Итого</b>			<b>676</b>	<b>35,9</b>	<b>13,6</b>	<b>71,1</b>	<b>590</b>	<b>120,7</b>
<b>Полдник</b>								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	1	4,3	2,4	46	0,8
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,3	4,6	21,5	129	10,5
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,2	0,2	4,6	22	2,1
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	6,1	2,3	30,4	164	0,2
<b>Итого</b>			<b>445</b>	<b>11,6</b>	<b>11,5</b>	<b>65,3</b>	<b>392</b>	<b>13,6</b>
<b>Всего</b>			<b>62,5</b>	<b>43,5</b>	<b>197,6</b>		<b>1425</b>	<b>139,1</b>