

Согласовано

Заведующий

/И.Е.Вежлева/

**МЕНЮ**  
**29 декабря 2025 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,2	3,2	8,3	64	0
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	7,6	7,8	31,7	219	0,6
ТК№028		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,1	2,4	5,8	55	0,5
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>11,9</b>	<b>13,4</b>	<b>45,8</b>	<b>338</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№015		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,6	0,1	1,2	9	3,5
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	6,4	4,2	24,5	156	4,3
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	1,8	4,4	5,7	64	0
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	3,4	3,5	12,8	91	11,4
ТК№042		КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,2	0,2	10,2	44	1,6
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
<b>Итого</b>			<b>700</b>	<b>16</b>	<b>13,4</b>	<b>77,9</b>	<b>481</b>	<b>20,8</b>
<b>Полдник</b>								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70	11,9	9,1	9,7	176	2,4
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	3,6	3,4	24,4	131	11,8
ТК №003		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,7	0,2	10,6	51	0
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,7	2,9	27,4	152	0
ТК№022		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,5	2	3,5	154	0
ТК№005		ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	125					0
<b>Итого</b>			<b>590</b>	<b>27,4</b>	<b>17,6</b>	<b>75,6</b>	<b>664</b>	<b>14,2</b>
<b>Всего</b>			<b>56,2</b>	<b>44,6</b>	<b>218,1</b>	<b>1569</b>	<b>39,8</b>	