



МЕНЮ

18 февраля 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2024	61	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	8,03	13,84	2,40	215,70	0,00
2024	ТК № 34	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО)	46	0,60	0,00	2,27	12,02	115,62
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	150	8,39	6,14	38,22	241,92	0,00
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,37	8,37	8,56	115,05	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193/7	0,20	0,01	8,22	34,91	0,00
2012	368	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00
Итого			526	10,60	22,52	31,75	424,68	120,62
II Завтрак								
2024	ТК № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	203	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			203	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2011	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	50	0,57	3,20	1,81	39,43	12,95
2024	ТК № 44	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	170/15/15	3,13	5,84	10,87	112,16	0,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (аллергии)	180/15/5	4,99	5,47	4,81	88,13	2,81
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	2,91	2,71	35,09	186,84	0,00
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	145	2,77	0,55	22,61	106,80	11,44
2024	ТК № 45	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ (ИЗ ГОВЯДИНЫ)	70	8,87	8,01	18,96	183,40	0,00
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,11	0,43	7,56	38,51	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/10	0,04	0,03	7,20	27,94	0,12
Итого			695	17,95	20,40	89,97	629,07	13,07
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ	50	1,91	2,02	8,59	60,16	0,00
2024	ТК № 66	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	205	12,41	15,02	30,01	313,67	0,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	200	5,79	6,05	29,09	194,09	0,39
2008	387	СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	30	0,03	0,03	5,28	21,66	0,27
2024	ТК № 53	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,84	0,71	12,59	64,19	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	181	0,91	0,18	18,30	77,90	3,62
Итого			490	17,10	17,96	74,77	537,58	3,89
Всего				45,65	60,88	196,49	1 591,33	137,58