



МЕНЮ

20 апреля 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,32	2,94	16,34	95,87	1,80
2024	TK № 8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	5,94	8,00	29,72	215,24	0,52
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	4,36	4,55	21,88	145,97	0,29
2024	TK № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,00	0,00	9,33	37,78	0,00
2024	TK № 1	БАНАН СВЕЖИЙ	101	1,52	0,51	21,21	96,96	10,12
Итого			481	11,95	13,93	80,29	463,32	12,44
II Завтрак								
2024	TK № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	199	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			199	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	50	0,85	3,05	3,97	47,96	14,55
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	190/10/1	4,14	4,24	11,21	99,88	3,45
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	190/10/1	3,36	4,04	5,10	70,24	3,45
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	110	2,67	4,55	23,70	146,71	0,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	110	6,11	6,45	27,69	192,98	0,00
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70/50	16,09	7,69	2,49	165,97	11,84
2024	TK № 14	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,02	0,13	6,55	31,51	0,00
2024	TK № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,13	0,44	7,71	39,30	0,00
2024	TK № 13	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	180	0,66	0,27	19,05	93,80	0,00
Итого			692	26,56	20,37	74,68	625,13	29,84
Полдник								
2012	126	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	3,35	5,72	19,28	142,34	0,00
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,87	5,42	23,40	154,14	11,84
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	7,84	4,75	5,56	96,36	0,22
	23-14	ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ (аллергики)	70	7,11	6,07	0,28	84,22	0,11
2024	TK № 14	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,02	0,13	6,55	31,51	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	182	0,91	0,18	18,36	78,18	3,64
2024	TK № 16	ПЕЧЕНЬЕ	22	1,69	2,20	16,71	93,70	0,00
Итого			430	14,81	12,98	66,46	442,09	3,86
Всего				53,32	47,28	221,43	1 530,54	46,14