



МЕНЮ

27 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,78	4,74	10,39	104,16	0,00
2024	ТК № 38	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ С КУРАГОЙ	150	7,81	7,45	39,38	256,90	0,82
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	8,39	6,14	38,22	241,92	0,00
2024	ТК № 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	8,40	34,00	0,00
2024	ТК № 10	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	103	0,93	0,21	8,34	44,29	61,80
Итого			483	16,69	14,88	71,13	460,60	62,62
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	2,79	5,00	13,07	90,76	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			200	2,79	5,00	13,07	90,76	0,00
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,38	1,03	1,19	15,46	0,00
2024	ТК № 39	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/20	2,83	6,19	29,65	163,05	0,00
2008	342	МОРКОВЬ С ОВОЩАМИ, ТУШЕННЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	155	2,81	3,85	11,08	91,47	13,91
2012	344	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (аллергики)	145	1,52	5,09	10,61	94,84	5,18
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	9,03	9,69	7,99	190,03	0,00
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,93	0,25	12,34	59,35	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,27	0,88	15,57	79,39	0,00
2024	ТК № 40	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,31	0,07	15,71	65,25	0,00
Итого			744	19,56	21,96	93,53	664,00	13,91
Полдник								
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	140	2,70	2,12	4,15	117,54	0,00
2024	ТК № 41	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	8,87	4,06	19,08	119,41	0,00
	23-14	ФИЛЕ КУРИНАЯ ГРУДКА ОТВАРНАЯ (аллергики)	70	8,43	7,21	0,39	100,41	0,49
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,61	0,21	10,28	49,46	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,90	0,74	12,98	66,16	0,00
2024	ТК № 59	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	177	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2024	ТК № 42	ПРЯНИКИ	31	1,81	10,62	12,34	112,00	0,00
Итого			467	16,89	17,75	58,83	464,57	0,00
Всего				55,93	59,59	236,56	1 679,93	76,53