



МЕНЮ

12 мая 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,34	3,00	16,66	97,75	1,83
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	4,79	4,77	27,90	174,33	0,57
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	4,36	4,55	21,88	145,97	0,29
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	9,33	37,78	0,00
2024	ТК № 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,96	0,24	9,00	45,60	0,00
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	101	0,40	0,40	9,92	47,56	10,12
Итого			480	10,26	10,49	66,58	372,93	2,40
II Завтрак								
2024	ТК № 49	РЯЖЕНКА 2.5 % ЖИРНОСТИ	199	2,77	4,95	13,01	89,17	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,00	0,00	9,33	37,78	0,00
Итого			199	2,77	4,95	13,01	89,17	0,00
Обед								
2011	77	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	50	2,53	3,87	5,59	67,41	2,83
2024	ТК № 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/30/1	2,06	4,18	21,00	141,30	0,00
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	140	2,72	2,08	11,15	75,20	0,00
2011	317	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (аллергики)	115	0,99	0,15	6,72	32,58	3,21
2024	ТК № 51	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	11,22	13,11	5,87	186,69	0,53
	23-14	ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ (аллергики)	70	8,59	7,33	0,39	101,80	0,16
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,35	0,18	8,65	41,61	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,90	0,73	13,11	66,81	0,00
2024	ТК № 52	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,29	0,09	14,04	59,37	0,16
Итого			686	22,07	24,24	79,41	638,39	3,52
Полдник								
2024	ТК № 64	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, РЕПА, КАПУСТА, ТЫКВА)	120	2,48	8,67	13,60	143,10	12,83
2024	ТК № 64	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ БЕЗ МОЛОКА (аллергики)	120	2,03	10,06	15,50	161,04	7,82
2024	ТК № 46	СУФЛЕ РЫБНОЕ	75	5,41	7,76	1,64	114,38	0,00
	23-14	ГРУДКА КУРИНАЯ ОТВАРНАЯ (аллергики)	70	21,06	18,05	0,59	249,47	1,07
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,35	0,18	8,65	41,61	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,53	0,60	10,49	53,45	0,00
2024	ТК № 47	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,34	0,08	11,35	67,98	0,00
2011	431	БУЛОЧКА РОЗОВАЯ	55	4,73	1,82	38,16	165,38	0,00
Итого			470	15,84	19,11	83,89	585,90	12,83
Всего				50,94	58,79	242,89	1 686,39	18,75