



МЕНЮ

16 марта 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								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,33	4,17	10,35	96,99	0,00
2024	ТК № 38	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ С КУРАГОЙ	150	7,78	7,38	39,04	254,89	0,82
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	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
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	200	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
2024	ТК № 10	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
Итого			480	16,18	14,23	70,51	450,13	60,82
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	2,79	5,00	13,07	90,76	0,00
Итого			200	2,79	5,00	13,07	90,76	0,00
Обед								
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 СМЕТАННОМ СОУСЕ	130	1,88	4,43	9,20	85,55	7,74
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (аллергии)	145	1,51	5,10	10,63	94,82	5,19
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	8,67	9,31	7,67	182,57	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	27	2,00	0,77	13,71	69,86	0,00
2024	ТК № 40	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,31	0,07	15,68	65,08	0,00
Итого			666	17,62	21,02	88,25	625,46	7,74
Полдник								
2024	ТК № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	45	0,36	0,05	0,77	5,92	2,28
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	140	2,76	2,16	4,23	119,92	0,00
2024	ТК № 41	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	75	9,32	4,26	20,04	125,44	0,00
	23-14	ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ (аллергии)	70	8,50	7,10	1,51	103,95	0,64
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	179	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2024	ТК № 42	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	32	2,38	3,12	23,65	132,56	0,00
Итого			520	18,33	10,54	71,95	499,46	2,28
Всего				54,92	50,79	243,78	1 665,81	70,84