



МЕНЮ

19 мая 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 | 1,25 | 2,79 | 15,54 | 91,17 | 1,71 |
| 2024 | ТК № 8 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ | 150 | 4,80 | 7,35 | 27,56 | 195,79 | 0,15 |
| 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 | 2,16 | 1,99 | 10,94 | 70,54 | 0,15 |
| 2012 | 392 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) | 200 | 0,00 | 0,00 | 9,33 | 37,78 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 11 | ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ | 100 | 2,80 | 2,50 | 4,51 | 49,52 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 10 | АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ | 97 | 0,87 | 0,19 | 7,86 | 41,71 | 58,20 |
| Итого | | | 577 | 11,88 | 14,82 | 66,41 | 448,73 | 60,21 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ | 264 | 3,68 | 6,60 | 17,25 | 119,80 | 0,00 |
| 2012 | 392 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) | 200 | 0,00 | 0,00 | 9,33 | 37,78 | 0,00 |
| Итого | | | 264 | 3,68 | 6,60 | 17,25 | 119,80 | 0,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2011 | 23 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ | 50 | 0,54 | 3,05 | 1,72 | 37,53 | 0,00 |
| 2012 | 82 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 190/10/1 | 4,27 | 4,39 | 11,25 | 101,80 | 3,72 |
| 2012 | 85 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики) | 190/10/1 | 3,40 | 4,04 | 5,33 | 71,35 | 3,56 |
| 2008 | 325 | РИС ОТВАРНОЙ | 110 | 2,73 | 4,65 | 24,18 | 149,67 | 0,00 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) | 110 | 8,15 | 5,36 | 36,93 | 228,23 | 0,00 |
| 2008 | 256 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 65/50 | 14,53 | 7,17 | 2,29 | 152,00 | 10,67 |
| 2024 | ТК № 14 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 16 | 1,06 | 0,14 | 6,81 | 32,73 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 15 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,13 | 0,44 | 7,71 | 39,30 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 13 | НАПИТОК ИЗ КУРАГИ | 180 | 0,66 | 0,27 | 19,05 | 93,80 | 0,00 |
| Итого | | | 687 | 24,92 | 20,11 | 73,01 | 606,83 | 14,39 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 126 | КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ | 155 | 3,52 | 6,01 | 20,24 | 149,46 | 0,00 |
| 2012 | 318 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики) | 150 | 2,89 | 5,43 | 23,56 | 154,89 | 11,92 |
| 2012 | 269 | ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ | 75 | 8,91 | 9,42 | 18,67 | 214,18 | 0,21 |
| | 23-14 | ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ (аллергики) | 70 | 7,13 | 6,08 | 0,39 | 84,78 | 0,16 |
| 2024 | ТК № 14 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 16 | 1,06 | 0,14 | 6,81 | 32,73 | 0,00 |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ | 138 | 0,69 | 0,14 | 13,97 | 59,50 | 2,77 |
| 2024 | ТК № 16 | ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 1,52 | 1,98 | 15,00 | 84,07 | 0,00 |
| Итого | | | 404 | 15,70 | 17,69 | 74,69 | 539,94 | 2,98 |