



МЕНЮ

22 мая 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,34	3,00	16,66	97,75	1,83
2024	ТК № 30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	8,37	8,32	20,51	194,15	0,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	4,36	4,55	21,88	145,97	0,29
2024	ТК № 31	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	80	0,32	0,32	7,84	37,60	3,20
Итого			440	10,17	11,64	51,10	354,36	5,06
II Завтрак								
2024	ТК № 33	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	162	2,37	4,05	10,93	73,62	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,00	0,00	9,33	37,78	0,00
Итого			162	2,37	4,05	10,93	73,62	0,00
Обед								
2024	ТК № 34	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО)	45	0,58	0,00	2,20	11,65	112,01
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10/10	2,11	3,04	4,95	97,95	4,77
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	189/10/1	2,99	3,72	5,10	65,79	3,46
2011	64	КАРТОФЕЛЬНО-ОВОЩНОЕ ПЮРЕ	140	3,44	4,52	14,87	114,44	15,54
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ БЕЗ МОЛОКА (аллергики)	150	0,21	0,04	1,75	8,26	0,88
2024	ТК № 35	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	7,16	5,66	16,02	101,77	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	2,23	0,86	15,27	77,81	0,00
2024	ТК № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	13,03	52,08	0,00
Итого			684	17,45	14,33	78,68	515,05	132,32
Полдник								
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	175	11,28	14,19	22,17	262,31	10,89
2008	309	РАГУ С МЯСОМ (аллергики)	185	10,35	13,50	20,67	246,11	10,58
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,61	0,21	10,28	49,46	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193/7	0,20	0,01	8,22	34,91	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	5,12	4,15	44,61	180,76	0,00
Итого			459	18,21	18,56	85,28	527,44	10,89
Всего				48,20	48,58	225,99	1 470,47	148,27