

МЕНЮ
14 августа 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	1,29	2,96	16,28	95,71	4,39
2024	ТК № 60	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ	150	5,60	5,20	26,97	177,57	0,52
2024	ТК № 61	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,94	2,43	10,73	77,16	0,54
2024	ТК № 11	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,51	56,51	0,70
Итого			480	12,63	13,09	58,49	406,95	6,15
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	5,94	5,11	9,83	110,51	1,10
Итого			200	5,94	5,11	9,83	110,51	1,10
Обед								
2024	ТК № 62	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,25	7,01	5,00
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	175/15/10	7,14	7,16	11,22	143,15	6,13
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	16,42	16,51	33,44	347,97	15,87
2024	ТК № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,03	7,32	31,18	0,90
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			690	28,28	24,88	81,37	669,10	27,90
Полдник								
2024	ТК № 63	РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ	70	11,45	5,19	8,43	126,04	0,60
2024	ТК № 64	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, РЕПА, КАПУСТА Б/К, БРЮКВА)	130	2,63	8,60	17,23	157,62	10,09
2024	ТК № 65	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,76	0,05	14,24	61,00	0,24
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	60	3,93	5,81	20,50	150,67	6,08
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,32	0,31	14,87	71,53	0,00
Итого			475	21,09	19,96	75,27	566,86	17,01
Всего				67,94	63,04	224,96	1 753,42	52,16