



МЕНЮ

20 апреля 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	1,33	2,83	16,21	94,59	4,14
2024	TK № 30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	6,85	6,69	33,16	220,87	0,57
	1	каша рисовая жидкая (аллергики)	200	1,92	0,27	25,83	113,49	0,00
2024	TK № 31	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,13	0,00	6,06	24,73	0,03
2024	TK № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,38	0,38	9,33	44,75	9,52
Итого			455	8,69	9,90	64,76	384,94	14,26
II Завтрак								
2024	TK № 33	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	208	3,05	5,20	14,03	94,53	1,46
Итого			208	3,05	5,20	14,03	94,53	1,46
Обед								
2024	TK № 34	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО)	47	0,59	0,05	2,21	11,73	37,20
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10/10	4,21	6,06	6,26	101,61	3,68
2024	TK № 35	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	75	13,07	11,64	9,95	196,54	0,00
2011	142	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	140	3,01	9,43	20,79	185,64	9,58
	4	овощи тушеные (аллергики)	140	1,99	0,29	12,52	61,41	11,11
2024	TK № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,09	0,03	9,61	39,37	0,10
2024	TK № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,02	0,27	12,93	62,23	0,00
2024	TK № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,37	0,91	16,21	82,63	0,00
Итого			705	25,36	28,39	77,96	679,75	50,56
Полдник								
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	195	11,74	15,79	20,82	272,97	10,05
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193/7	0,19	0,01	7,76	33,04	1,18
2024	TK № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,68	0,22	10,76	51,78	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	4,84	3,75	38,39	206,45	0,00
Итого			480	18,45	19,77	77,73	564,24	11,23
Всего				55,55	63,26	234,48	1 723,46	77,51

старшая медсестра

Рохмина И Д