



МЕНЮ

22 апреля 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,64	8,70	10,93	128,59	0,00
2024	TK № 17	ОМЛЕТ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	195	15,08	17,99	5,68	245,71	47,55
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	0,00	4,85	0,00	43,60	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193/7	0,18	0,01	0,43	3,49	0,96
Итого			425	16,90	26,70	17,04	377,79	48,51
II Завтрак								
2024	TK № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	192	9,58	6,13	16,29	166,69	1,15
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,10	0,00	0,20	1,20	0,02
Итого			192	9,58	6,13	16,29	166,69	1,15
Обед								
2024	TK № 18	САЛАТ "ЛЕТНИЙ" (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ, ПОМИДОРЫ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, УКРОП, ПЕТРУШКА)	50	0,54	2,60	1,85	33,49	45,00
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/15/5	5,46	9,89	4,86	130,61	6,87
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	180/15/5	5,82	8,90	5,46	125,76	9,70
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	70/25	11,29	10,82	9,22	179,39	0,54
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ (аллергики)	70/25	10,55	8,67	5,24	141,06	0,20
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6,62	3,33	29,95	176,01	0,00
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	135	4,80	5,42	30,78	191,14	0,00
2024	TK № 19	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,75	0,04	7,37	36,57	0,00
2024	TK № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	TK № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			705	28,23	27,73	77,15	675,46	52,41
Полдник								
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	55	7,27	7,28	1,52	100,73	0,26
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В МАСЛЕ	160	1,38	3,83	2,94	52,15	8,46
2024	TK № 59	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	180	0,00	0,00	18,51	74,04	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,10	0,00	0,20	1,20	0,02
2024	TK № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	60	5,56	1,68	34,00	173,48	0,12
Итого			475	15,53	12,97	65,45	441,19	8,84
Всего				70,24	73,53	175,93	1 661,13	110,91