

МЕНЮ

9 октября 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	2,88	16,02	93,99	1,76
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергики)	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2024	ТК № 30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	8,37	8,32	20,51	194,15	0,52
2024	47	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	6,08	5,59	28,67	189,02	0,00
2024	ТК № 31	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	4,00
Итого			460	10,20	11,60	52,42	360,00	6,31
II Завтрак								
2024	ТК № 33	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	2,93	5,00	13,49	90,89	1,40
2024	15	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (аллергики)	200	0,12	0,12	12,46	52,08	1,17
Итого			200	2,93	5,00	13,49	90,89	1,40
Обед								
2024	ТК № 34	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО)	50	0,63	0,05	2,38	12,61	40,00
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10/10	2,11	3,04	4,95	97,95	4,77
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	180/10	6,73	6,03	13,21	134,12	6,68
2024	ТК № 35	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	8,33	6,58	18,63	118,34	0,00
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	70	20,66	17,69	0,61	243,99	0,25
2011	142	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	150	3,28	9,98	23,12	196,22	10,69
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,91	5,37	23,53	154,45	11,88
2024	ТК № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,00	14,54	57,94	0,00
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			710	18,64	20,78	91,76	622,85	55,46
Полдник								
2008	309	РАГУ ИЗ ГОВЯДИНЫ	200	12,28	15,13	22,62	276,15	10,73
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,94	4,59	23,76	148,32	12,00
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергики)	205	23,37	22,24	22,39	383,05	11,30
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193/7	0,20	0,01	8,22	34,91	1,15
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,12	0,00	7,98	32,41	0,02
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	5,17	4,19	45,06	182,59	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергики)	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			485	19,31	19,55	86,50	544,64	11,88
Всего				51,08	56,93	244,17	1 618,38	75,05