



МЕНЮ

23 июня 2026 г.

Сад 12 часов

| Сборник рецептов | № 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 | 1,29 | 2,88 | 16,02 | 93,99 | 1,76 |
| 2024 | ТК № 48 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ | 150 | 5,11 | 6,30 | 14,76 | 164,81 | 0,00 |
| 2008 | 323 | КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) | 150 | 3,53 | 5,35 | 37,33 | 211,57 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 9 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 3,17 | 2,48 | 13,02 | 55,25 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 24 | МАНДАРИН СВЕЖИЙ | 100 | 0,96 | 0,24 | 9,00 | 45,60 | 0,00 |
| Итого | | | 480 | 10,53 | 11,90 | 52,80 | 359,65 | 1,76 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2024 | ТК № 49 | РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ | 200 | 2,80 | 5,00 | 13,14 | 90,07 | 0,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) | 180 | 0,17 | 0,00 | 13,44 | 54,41 | 0,04 |
| Итого | | | 200 | 2,80 | 5,00 | 13,14 | 90,07 | 0,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2011 | 77 | СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ | 50 | 3,23 | 3,42 | 5,54 | 65,87 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 50 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 170/30/1 | 2,06 | 4,18 | 21,00 | 141,30 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 51 | СУФЛЕ КУРИНОЕ | 70 | 7,11 | 9,25 | 18,22 | 179,00 | 0,00 |
| 2011 | 317 | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 140 | 2,78 | 2,12 | 11,38 | 76,73 | 0,00 |
| 2008 | 338 | ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (аллергики) | 140 | 2,36 | 3,16 | 12,09 | 86,95 | 9,68 |
| 2024 | ТК № 52 | КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА | 180 | 0,29 | 0,09 | 14,04 | 59,37 | 0,16 |
| 2024 | ТК № 20 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,32 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 5 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 25 | 1,88 | 0,73 | 12,85 | 65,50 | 0,00 |
| Итого | | | 686 | 18,67 | 19,97 | 91,51 | 628,56 | 0,16 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 41 | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ | 50 | 1,89 | 2,00 | 8,50 | 59,56 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 66 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 200 | 12,29 | 14,87 | 29,71 | 310,56 | 0,00 |
| 2008 | 442 | СОК В АССОРТИМЕНТЕ | 180 | 0,52 | 0,00 | 28,81 | 118,73 | 0,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) | 180 | 0,17 | 0,00 | 13,44 | 54,41 | 0,04 |
| 2024 | ТК № 53 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,40 | 0,00 |
| Итого | | | 450 | 16,20 | 17,45 | 77,30 | 541,25 | 0,00 |
| Всего | | | | 48,20 | 54,32 | 234,75 | 1 619,53 | 1,92 |

Шеф повар

Прудникова О.П.