



МЕНЮ

13 января 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								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	4,57	7,21	17,49	153,67	0,47
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,67	3,03	13,42	96,65	0,57
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	65	3,77	3,74	24,70	147,61	0,00
Итого			425	12,01	13,98	55,61	397,93	1,04
II Завтрак								
2012	368	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,39	0,39	9,48	45,46	3,99
Итого			100	0,39	0,39	9,48	45,46	3,99
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,93	3,13	15,71	110,84	3,70
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	145	5,38	7,64	34,26	227,41	0,00
2012	312	КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ	80	14,02	15,78	4,80	216,90	0,55
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,70	46,76	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,80	0,23	18,40	86,83	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	14	0,93	0,12	5,93	28,55	0,00
Итого			656	28,06	26,90	90,80	717,29	4,25
Полдник уплотненный								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	95	6,27	11,78	53,01	342,00	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,01	0,00	9,71	39,03	0,16
2008		ЯБЛОКО (для всех групп)	130	0,52	0,52	12,72	61,02	12,98
Итого			415	6,80	12,30	75,44	442,05	13,14
Всего				47,26	53,57	231,33	1 602,73	22,42

Повар _____

Сагоцкая Н.А.