



МЕНЮ

22 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	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	4,27	4,10	16,07	118,80	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	45	2,99	4,37	19,51	129,29	0,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/15/7	0,29	0,10	14,83	60,50	2,93
Итого			447	7,55	8,57	50,41	308,59	3,45
II Завтрак								
2012	368	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	84	1,21	0,41	16,99	77,68	3,34
Итого			84	1,21	0,41	16,99	77,68	3,34
Обед								
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	5,89	2,54	14,65	105,45	7,54
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	155	8,83	7,16	40,07	259,98	0,00
2012	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	80	10,94	12,49	7,74	186,85	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,29	45,15	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,61	0,21	17,15	80,91	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,27	0,17	8,12	39,09	0,00
Итого			668	29,54	22,57	99,02	717,43	7,54
Полдник уплотненный								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	8,02	10,56	1,37	132,66	0,10
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	19	0,15	0,02	0,33	2,49	0,96
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,70	38,86	0,08
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,72	0,14	11,29	53,28	0,00
2008		ЯБЛОКО	132	0,53	0,53	12,94	62,05	13,20
Итого			439	10,42	11,25	35,63	289,34	14,34
Всего				48,72	42,80	202,05	1 393,04	28,67

Повар _____

Сагоцкая Н.А.