



Заведующий
Родионова К.В./

МЕНЮ

26 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 ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	170	6,14	7,57	26,77	200,79	1,10
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,01	0,00	9,72	39,13	0,20
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	45	3,15	4,38	20,56	134,21	0,00
Итого			395	9,30	11,95	57,05	374,13	1,30
II Завтрак								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	55	0,69	0,05	6,42	29,62	1,09
Итого			55	0,69	0,05	6,42	29,62	1,09
Обед								
2012	59	БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ)	200	2,22	5,17	10,80	99,47	11,79
2012	257	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ	70	10,30	2,89	6,63	93,95	0,12
2012	316	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	3,53	4,51	37,09	203,02	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	153	0,77	0,15	15,15	65,79	3,06
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,72	0,22	17,92	84,58	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,27	0,17	8,15	39,22	0,00
Итого			628	20,81	13,11	95,74	586,03	14,97
Полдник уплотненный								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	19	0,15	0,02	0,33	2,51	0,96
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,82	0,15	11,97	56,47	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,01	0,00	13,87	55,72	0,20
2008		ЯБЛОКО	101	0,40	0,40	9,86	47,28	10,06
Итого			364	7,48	5,17	36,33	224,98	11,22
Всего				38,28	30,28	195,54	1 214,76	28,58

Повар

Сагоцкая Н.А.