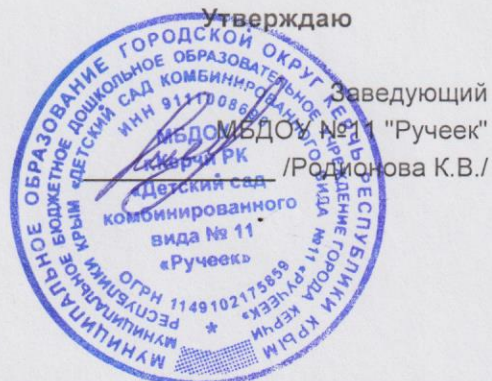


# МЕНЮ

10 февраля 2026 г.

Сад 12 часов



| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-----------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                   |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                   |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 189                 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"<br>ЖИДКАЯ | 180    | 4,84              | 8,04    | 18,62            | 166,70                                   | 0,48                  |
| 2012                          | 397                 | КАКАО С МОЛОКОМ                   | 180    | 3,74              | 3,09    | 13,54            | 97,96                                    | 0,58                  |
| 2012                          | 3                   | БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ                | 80     | 4,61              | 4,50    | 30,15            | 179,49                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                   | 440    | 13,19             | 15,63   | 62,31            | 444,15                                   | 1,06                  |
| II Завтрак                    |                     |                                   |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 368                 | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ              | 102    | 0,40              | 0,40    | 9,73             | 46,64                                    | 4,09                  |
| Итого                         |                     |                                   | 102    | 0,40              | 0,40    | 9,73             | 46,64                                    | 4,09                  |
| Обед                          |                     |                                   |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 99                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>БОБОВЫМИ    | 200    | 8,16              | 4,02    | 22,60            | 159,49                                   | 3,77                  |
| 2012                          | 312                 | КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ             | 80     | 14,01             | 15,97   | 5,61             | 221,89                                   | 0,96                  |
| 2008                          | 181                 | КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ        | 150    | 6,41              | 3,39    | 37,76            | 207,01                                   | 0,00                  |
| 2012                          | 376                 | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ         | 180    | 0,00              | 0,00    | 11,70            | 46,76                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                    | 45     | 3,43              | 0,28    | 22,58            | 106,57                                   | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                       | 19     | 1,28              | 0,17    | 8,18             | 39,34                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                   | 674    | 33,29             | 23,83   | 108,43           | 781,06                                   | 4,73                  |
| Полдник уплотненный           |                     |                                   |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 467                 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ                  | 100    | 6,60              | 12,40   | 55,80            | 360,00                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                     | 180/10 | 0,01              | 0,00    | 9,73             | 39,19                                    | 0,24                  |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО                            | 133    | 0,53              | 0,53    | 13,05            | 62,57                                    | 13,31                 |
| Итого                         |                     |                                   | 423    | 7,14              | 12,93   | 78,58            | 461,76                                   | 13,55                 |
| Всего                         |                     |                                   |        | 54,02             | 52,79   | 259,05           | 1 733,61                                 | 23,43                 |

Повар

Сагоцкая Н.А.