



# МЕНЮ

24 марта 2026 г.

## Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	4,58	7,92	17,86	161,74	0,47
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,60	2,98	13,66	96,94	0,57
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	85	4,85	4,52	31,74	187,03	0,00
<b>Итого</b>			<b>445</b>	<b>13,03</b>	<b>15,42</b>	<b>63,26</b>	<b>445,71</b>	<b>1,04</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	368	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	79	1,15	0,39	16,14	73,78	3,17
<b>Итого</b>			<b>79</b>	<b>1,15</b>	<b>0,39</b>	<b>16,14</b>	<b>73,78</b>	<b>3,17</b>
<b>Обед</b>								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	7,80	3,94	21,85	154,26	3,78
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,70	4,70	33,30	198,00	0,00
2012	312	КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ	80	13,99	15,80	5,38	219,50	0,95
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,44	45,74	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,62	0,29	23,84	112,49	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,20	0,16	7,68	36,97	0,00
<b>Итого</b>			<b>656</b>	<b>32,31</b>	<b>24,89</b>	<b>103,49</b>	<b>766,96</b>	<b>4,73</b>
<b>Полдник уплотненный</b>								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	6,47	12,15	54,68	352,80	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,01	0,00	9,71	39,06	0,18
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	136	0,68	0,14	13,51	58,70	2,73
<b>Итого</b>			<b>426</b>	<b>7,16</b>	<b>12,29</b>	<b>77,90</b>	<b>450,56</b>	<b>2,91</b>
<b>Всего</b>				<b>53,65</b>	<b>52,99</b>	<b>260,79</b>	<b>1 737,01</b>	<b>11,85</b>

\_\_\_\_\_  
Повар

\_\_\_\_\_  
Сагоцкая Н.А.