



МЕНЮ

5 мая 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		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	4,68	8,07	18,18	164,50	0,47
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,68	3,04	13,60	97,53	0,57
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	75	4,04	4,46	26,38	161,73	0,00
Итого			435	12,40	15,57	58,16	423,76	1,04
II Завтрак								
2012	368	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	80	1,16	0,39	16,33	74,63	3,20
Итого			80	1,16	0,39	16,33	74,63	3,20
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	7,77	3,87	21,60	152,45	3,65
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,07	5,35	20,10	139,59	4,95
2012	255	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	85	11,28	4,33	10,20	125,24	0,22
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,81	3,46	4,77	53,30	2,24
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	3,00	0,24	19,76	93,25	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,20	0,16	7,68	36,97	0,00
Итого			732	27,13	17,41	95,73	647,24	11,06
Полдник уплотненный								
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	9,72	39,10	0,19
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,75	0,15	14,80	64,29	2,99
Итого			440	7,23	12,30	79,20	456,19	3,18
Всего				47,92	45,67	249,42	1 601,82	18,48

Повар _____

Сагоцкая Н.А.