



МЕНЮ

20 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,21	3,47	17,94	120,65	0,46
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,01	0,00	9,71	39,08	0,18
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,62	0,21	17,20	81,20	0,00
Итого			414	6,84	3,68	44,85	240,93	0,64
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	166	4,98	1,66	6,97	66,40	0,83
Итого			166	4,98	1,66	6,97	66,40	0,83
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	1,55	2,89	9,03	68,70	7,14
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	155	3,61	4,98	21,17	143,77	0,00
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	110	17,20	19,69	9,84	284,89	1,04
2012	54	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ	55	1,52	2,82	8,29	65,80	5,04
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	148	0,74	0,15	14,70	63,86	2,97
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	51	3,92	0,32	25,81	121,79	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,26	0,17	8,07	38,85	0,00
Итого			738	29,80	31,02	96,91	787,66	16,19
Полдник уплотненный								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	120	1,67	4,28	11,47	90,81	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	115	3,23	2,78	5,34	60,11	0,60
Итого			235	4,90	7,06	16,81	150,92	0,60
Всего				46,52	43,42	165,54	1 245,91	18,26

Повар _____

Сагоцкая Н.А.