



## МЕНЮ

10 апреля 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	25	1,14	2,53	14,10	82,71	1,55
2024	ТК № 30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,85	6,09	24,38	172,24	0,47
2024	ТК № 31	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90	0,36	0,36	8,80	42,19	3,00
<b>Итого</b>			<b>445</b>	<b>6,49</b>	<b>8,98</b>	<b>53,37</b>	<b>322,00</b>	<b>5,05</b>
<b>II Завтрак</b>								
2024	ТК № 33	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	176	2,60	4,44	11,99	80,78	1,24
<b>Итого</b>			<b>176</b>	<b>2,60</b>	<b>4,44</b>	<b>11,99</b>	<b>80,78</b>	<b>1,24</b>
<b>Обед</b>								
2024	ТК № 34	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО)	47	0,59	0,05	2,22	11,76	37,31
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10/10	2,11	3,04	4,95	97,95	4,77
2024	ТК № 35	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	65	11,19	10,07	10,16	175,89	0,00
2011	142	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	135	3,04	9,26	21,46	182,15	9,92
2024	ТК № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,00	14,54	57,94	0,00
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,77	0,23	11,32	54,46	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>684</b>	<b>21,00</b>	<b>23,52</b>	<b>80,07</b>	<b>658,75</b>	<b>52,00</b>
<b>Полдник</b>								
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	185	9,51	11,71	13,88	254,18	10,08
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193/7	0,18	0,01	7,72	32,84	1,10
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,48	0,20	9,43	45,38	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	4,83	3,99	38,41	208,77	0,00
<b>Итого</b>			<b>467</b>	<b>16,00</b>	<b>15,91</b>	<b>69,44</b>	<b>541,17</b>	<b>11,18</b>
<b>Всего</b>				<b>46,09</b>	<b>52,85</b>	<b>214,87</b>	<b>1 602,70</b>	<b>70,06</b>