



## МЕНЮ

24 апреля 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 |  |                       |
| <b>Завтрак</b>                |                     |  |           |                   |         |                  |  |                       |
| 2012                          | 2                   | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ   | 30        | 1,33              | 2,97    | 16,50            | 96,83                                    | 1,81                  |
| 2024                          | ТК № 30             | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ                          | 150       | 8,37              | 8,32    | 20,51            | 194,15                                   | 0,52                  |
| 2024                          | ТК № 31             | ЧАЙ С САХАРОМ  | 180       | 0,14              | 0,00    | 6,09             | 24,86                                    | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 32             | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ  | 97        | 0,39              | 0,39    | 9,60             | 46,02                                    | 3,92                  |
| Итого                         |                     |  | 457       | 10,23             | 11,68   | 52,70            | 361,86                                   | 6,28                  |
| <b>II Завтрак</b>             |                     |  |           |                   |         |                  |  |                       |
| 2024                          | ТК № 33             | КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ                                       | 202       | 2,96              | 5,05    | 13,62            | 91,78                                    | 1,41                  |
| Итого                         |                     |  | 202       | 2,96              | 5,05    | 13,62            | 91,78                                    | 1,41                  |
| <b>Обед</b>                   |                     |  |           |                   |         |                  |  |                       |
| 2024                          | ТК № 34             | ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО)                                  | 51        | 0,64              | 0,05    | 2,43             | 12,86                                    | 40,80                 |
| 2012                          | 73                  | РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ<br>ПЕТРУШКИ | 180/10/10 | 2,11              | 3,04    | 4,95             | 97,95                                    | 4,77                  |
| 2024                          | ТК № 35             | КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ<br>ГОВЯДИНЫ                            | 70        | 12,30             | 10,99   | 10,30            | 189,19                                   | 0,00                  |
| 2011                          | 142                 | КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ<br>В СОУСЕ                     | 150       | 3,31              | 10,08   | 23,35            | 198,18                                   | 10,80                 |
| 2024                          | ТК № 36             | НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ,<br>ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ                  | 180       | 0,05              | 0,00    | 14,54            | 57,94                                    | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 37             | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                        | 30        | 1,97              | 0,26    | 12,59            | 60,54                                    | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 21             | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ  | 30        | 2,30              | 0,89    | 15,73            | 80,17                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |  | 711       | 22,68             | 25,31   | 83,89            | 696,83                                   | 56,37                 |
| <b>Полдник</b>                |                     |  |           |                   |         |                  |  |                       |
| 2008                          | 309                 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ  | 205       | 10,58             | 13,03   | 15,44            | 282,74                                   | 11,21                 |
| 2012                          | 393                 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ  | 193/7     | 0,18              | 0,01    | 7,88             | 33,29                                    | 1,01                  |
| 2024                          | ТК № 28             | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                        | 25        | 1,64              | 0,22    | 10,49            | 50,45                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 464                 | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ   | 60        | 4,91              | 3,89    | 38,97            | 210,42                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |  | 490       | 17,31             | 17,15   | 72,78            | 576,90                                   | 12,22                 |
| Всего                         |                     |  |           | 53,18             | 59,19   | 222,99           | 1 727,37                                 | 76,28                 |