

МЕНЮ
8 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								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1,43	3,20	17,78	104,33	1,95
2024	TK № 30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	8,37	8,32	20,51	194,15	0,52
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	150	3,60	4,60	37,70	206,00	0,00
2024	TK № 30	КАША ПШЕНИЧНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	150	3,35	4,39	24,44	150,42	0,00
2024	TK № 31	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	TK № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	77	0,31	0,31	7,55	36,19	3,08
Итого			442	10,25	11,83	51,93	359,53	5,58
II Завтрак								
2024	TK № 33	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	175	2,55	4,35	11,74	79,07	1,22
к/к	к/к	ВОДА питьевая (аллергии)	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			175	2,55	4,35	11,74	79,07	1,22
Обед								
2024	TK № 34	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО)	43	0,56	0,04	2,10	11,16	85,88
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10/10	3,12	4,89	5,86	84,04	3,62
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии)	180/10/10	2,97	4,88	5,98	80,04	4,98
2024	TK № 35	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	6,91	5,46	15,46	98,22	0,00
2011	142	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	135	2,82	9,48	19,91	180,62	9,39
2011	142	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергии)	135	2,68	9,39	20,12	176,08	9,32
2024	TK № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,07	0,05	19,33	75,79	0,21
2024	TK № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	TK № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,14	0,83	14,65	74,67	0,00
Итого			676	17,61	21,01	90,03	585,69	99,10
Полдник								
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	155	8,13	13,61	19,33	232,93	9,27
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193/7	0,20	0,01	8,22	34,91	1,15
2024	TK № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	4,60	4,14	36,42	201,16	0,00
Итого			440	14,59	17,98	74,57	519,99	10,42
Всего				45,00	55,17	228,27	1 544,28	116,32