



**МЕНЮ**  
1 июля 2026 г.  
Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	<b>БУТЕРБРОД С МАСЛОМ</b> (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшеница высший сорт обог. микроулучшенными)	50	1,62	8,61	10,82	127,32	0,00
2024	TK № 17	<b>ОМЛЕТ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ</b> (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, перец сладкий свежий, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	220	17,88	20,82	6,98	287,26	36,67
2008	213	<b>ЯЙЦО ВАРЕНОЕ И ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ КУСОЧКОМ (аллергики)</b> (яйца куриные (шт.), перец сладкий свежий)	40	5,53	4,54	2,41	72,64	36,00
	TK № 43	<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b> (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, какао-порошок, сахар песок)	210	3,29	2,53	9,94	77,00	0,37
<b>Итого</b>			<b>460</b>	<b>22,79</b>	<b>31,96</b>	<b>27,74</b>	<b>491,58</b>	<b>37,04</b>
<b>II Завтрак</b>								
2024	TK № 2	<b>ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ</b> (йогурт 2,5% жирности)	178	2,62	4,45	11,61	80,40	1,25
к/к	к/к	<b>ВОДА ПИТЬЕВАЯ (аллергики)</b> (вода питьевая)	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>178</b>	<b>2,62</b>	<b>4,45</b>	<b>11,61</b>	<b>80,40</b>	<b>1,25</b>
<b>Обед</b>								
2024	TK № 18	<b>САЛАТ "ЛЕТНИЙ" (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ, ПОМИДОРЫ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, УКРОП, ПЕТРУШКА)</b> (огурцы грунтовые, перец сладкий свежий, томаты грунтовые, масло подсолнечное рафинированное литр, петрушка (зелень), укроп, соль йодированная)	50	0,53	2,11	1,83	28,86	35,73
2012	67	<b>ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ</b> (картофель, капуста белокачанная раннеспелая, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное литр, вода питьевая, соль йодированная, сметана 15% жирности, петрушка (зелень), говядина б/к)	180/15/5	5,09	8,39	5,13	119,98	6,55
2012	67	<b>ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)</b> (картофель, капуста белокачанная раннеспелая, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное литр, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), говядина б/к)	180/15/5	5,08	7,86	5,79	114,83	9,75
2012	288	<b>ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ</b> (говядина б/к, батон нарезной пшеница высший сорт обог. микроулучшенными, вода питьевая, лук репчатый, сметана 15% жирности, мука пшеничная высший сорт, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста)	65/25	10,25	9,61	8,75	166,90	0,29
2008	181	<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ</b> (мука гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	130	7,35	4,98	33,26	206,99	0,00
2024	TK № 19	<b>КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА</b> (слива сушеная (чернослив), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,33	0,10	15,79	66,89	0,18
2024	TK № 20	<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b> (хлеб ржано-пшеничный обог. микроулучшенными)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	TK № 21	<b>БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ</b> (батон нарезной пшеница высший сорт обог. микроулучшенными)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>700</b>	<b>27,12</b>	<b>26,24</b>	<b>88,66</b>	<b>709,01</b>	<b>42,75</b>
<b>Полдник</b>								
2012	277	<b>ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА</b> (говядина б/к, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высший сорт, соль йодированная, лавровый лист)	60	6,97	10,01	7,41	169,78	0,40
2008	337	<b>ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ (КАБАЧКИ) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ</b> (кабачки, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	120	0,54	2,18	6,46	49,57	9,19
2024	TK № 59	<b>НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА</b> (напиток витаминизированный из шиповника промышленного производства (сок витаминизированный))	192	0,00	0,00	19,81	79,22	0,00
к/к	к/к	<b>ВОДА ПИТЬЕВАЯ (аллергики)</b> (вода питьевая)	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2024	TK № 20	<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b> (хлеб ржано-пшеничный обог. микроулучшенными)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	477	<b>БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ</b> (мука пшеничная высший сорт, дрожжи, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное литр)	65	5,69	2,08	31,58	167,77	0,18
2008	467	<b>БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (аллергики)</b> (масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, дрожжи, сахар песок, мука пшеничная высший сорт, вода питьевая, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное литр)	80	7,34	10,86	37,15	275,24	0,00
<b>Итого</b>			<b>457</b>	<b>14,82</b>	<b>14,45</b>	<b>73,74</b>	<b>507,13</b>	<b>9,77</b>
<b>Всего</b>			<b>67,35</b>	<b>77,10</b>	<b>201,75</b>	<b>1 788,12</b>	<b>90,81</b>	