

**МЕНЮ**  
24 июня 2026 г.  
Сад 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, Мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	40	1,78	3,98	22,14	129,88	2,43
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (масло сладко-сливочное несоленое, крупа рисовая, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, вода питьевая)	150	5,11	6,30	14,76	164,81	0,57
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики) (крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сахар песок, вода питьевая)	150	1,71	4,25	22,65	135,58	0,00
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,52
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК БЕЗ МОЛОКА (аллергики) (кофейный напиток, сахар песок, вода питьевая)	200	0,50	0,00	7,45	31,77	0,00
2024	ТК № 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарин)	84	0,81	0,20	7,56	38,30	31,92
<b>Итого</b>			<b>474</b>	<b>10,87</b>	<b>12,96</b>	<b>57,48</b>	<b>388,24</b>	<b>35,44</b>
<b>II Завтрак</b>								
2024	ТК № 49	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ (ряженка 2,5% жирности)	173	2,41	4,30	11,30	77,46	0,52
к/к	к/к	ВОДА ПИТЬЕВАЯ (аллергики) (вода питьевая)	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>173</b>	<b>2,41</b>	<b>4,30</b>	<b>11,30</b>	<b>77,46</b>	<b>0,52</b>
<b>Обед</b>								
2011	77	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ (рыба сельдь атлантическая среднесоленая неразделанная, картофель, масло подсолнечное рафинированное литр)	50	3,19	3,95	5,39	69,92	2,85
2024	ТК № 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное литр, вода питьевая, рыба треска филе, яйца куриные (шт.), соль йодированная, петрушка (зелень))	170/30/1	1,05	1,40	7,28	46,18	4,83
2024	ТК № 51	СУФЛЕ КУРИНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, курица (грудки), яйца куриные (шт.))	70	10,02	14,14	6,34	192,93	0,21
2024	ТК № 51	СУФЛЕ КУРИНОЕ (аллергики) (масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, курица (грудки), яйца куриные (шт.))	75	9,95	18,10	3,62	216,86	0,00
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (морковь, картофель, горошек зеленый консервы, капуста белокочанная раннеспелая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	130	2,90	2,91	11,72	85,24	9,04
2011	317	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (аллергики) (морковь, картофель, горошек зеленый консервы, капуста белокочанная раннеспелая, соль йодированная)	125	1,86	0,20	8,48	43,77	9,19
2024	ТК № 52	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (слива сушеная (чернослив), вода питьевая, лимонная кислота, сахар песок)	180	0,29	0,09	14,04	59,37	0,16
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	25	1,90	0,74	12,98	66,16	0,00
<b>Итого</b>			<b>676</b>	<b>20,67</b>	<b>23,41</b>	<b>66,23</b>	<b>560,59</b>	<b>17,09</b>
<b>Полдник</b>								
2012	41	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ (морковь, сахар песок)	30	1,15	1,22	5,19	36,33	0,59
2024	ТК № 66	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное литр, сухари панировочные, сметана 15% жирности)	175	32,01	17,53	28,94	407,23	0,33
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (аллергики) (яйца куриные (шт.))	40	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок прямого отжима)	172	0,86	0,17	17,41	79,31	3,45
2024	ТК № 53	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>397</b>	<b>35,52</b>	<b>19,50</b>	<b>61,82</b>	<b>575,27</b>	<b>4,37</b>
<b>Всего</b>				<b>69,47</b>	<b>60,17</b>	<b>196,83</b>	<b>1 601,56</b>	<b>57,42</b>