

МЕНЮ
2 июня 2026 г.
Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	35	1,50	3,34	18,58	109,03	2,04
2024	TK № 8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (овсяные хлопья "геркулес", молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок)	150	2,68	4,07	10,57	119,00	0,50
2024	TK № 8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики) (вода питьевая, овсяные хлопья "геркулес", соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	3,21	6,94	25,72	178,12	0,00
2024	TK № 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	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК БЕЗ МОЛОКА (аллергики) (кофейный напиток, сахар песок, вода питьевая)	150	0,33	0,00	8,19	34,07	0,00
2024	TK № 10	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ (апельсин)	129	1,16	0,26	10,43	55,38	77,28
2008		ГРУША (аллергики) (груша)	90	0,36	0,27	9,27	42,30	4,50
2024	TK № 11	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ (йогурт 2,5% жирности 0,1)	137	3,83	3,42	6,17	77,33	0,96
к/к	к/к	ВОДА ПИТЬЕВАЯ (аллергики) (вода питьевая)	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			651	12,34	13,57	58,77	415,99	81,30
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ (йогурт 2,5% жирности)	183	3,16	4,59	8,26	74,46	1,29
к/к	к/к	ВОДА ПИТЬЕВАЯ (аллергики) (вода питьевая)	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			183	3,16	4,59	8,26	74,46	1,29
Обед								
2011	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (томаты грунтовые, лук зеленый (по сезону), масло подсолнечное рафинированое литр)	50	0,59	2,85	1,92	36,91	13,52
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое литр, вода питьевая, курица (грудки), петрушка (зелень), соль йодированная)	190/10/1	2,59	3,09	11,58	84,54	3,61
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики) (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, куриная грудка филе, соль йодированная, петрушка (зелень))	190/10/1	1,03	0,18	6,74	32,80	5,99
2024	TK № 12	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ (говяжья печень, крупа рисовая, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, яйца куриные (шт.))	245	12,23	11,95	46,89	333,07	21,87
2024	TK № 13	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ (сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, вода питьевая)	180	0,66	0,27	19,05	93,80	0,32
2024	TK № 14	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	TK № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	15	1,13	0,44	7,71	39,30	0,00
Итого			706	18,19	18,73	93,51	618,21	39,32
Полдник								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ (вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, рыба треска филе, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.))	75	9,00	9,51	18,85	216,24	0,21
2012	126	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	155	3,48	5,95	20,05	148,03	9,19
2012	126	КАРТОФЕЛЬ (аллергики) (картофель, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	155	2,16	5,77	17,44	130,53	8,80
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ (сок фруктовый восстановленный)	175	0,88	0,18	17,68	80,50	3,50
2024	TK № 14	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	TK № 16	ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
Итого			440	15,85	17,73	77,82	558,76	12,90
Всего				49,54	54,62	238,36	1 667,42	134,81