



## МЕНЮ

4 февраля 2026 г.

### Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	25	1,16	2,59	14,42	84,59	1,58
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	5,11	6,30	14,76	164,81	0,57
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики)	150	1,52	2,21	20,85	109,44	0,00
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,52
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК БЕЗ МОЛОКА (аллергики)	200	0,25	0,00	8,57	35,24	0,00
2024	ТК № 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	88	0,96	0,24	9,00	45,60	38,00
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	22	0,40	0,40	9,80	47,00	4,00
Итого			463	10,40	11,61	51,20	350,25	40,67
II Завтрак								
2024	ТК № 49	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	176	2,80	5,00	13,14	90,07	0,60
к/к	к/к	ВОДА питьевая (аллергики)	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			176	2,80	5,00	13,14	90,07	0,60
Обед								
2011	77	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	55	3,21	4,74	5,51	77,58	2,91
2024	ТК № 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/30/1	1,01	2,04	7,26	51,76	3,87
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	170/10/1	5,92	3,36	22,31	143,29	2,59
2024	ТК № 51	СУФЛЕ КУРИНОЕ	65	10,26	13,95	5,92	190,35	0,20
2024	ТК № 51	СУФЛЕ КУРИНОЕ (аллергики)	70	9,52	13,94	3,51	177,44	0,00
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	2,78	2,60	11,86	82,70	8,92
2011	317	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (аллергики)	125	1,82	0,20	8,39	43,20	9,09
2024	ТК № 52	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,29	0,09	14,04	59,37	0,16
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			676	20,75	24,33	65,92	568,05	16,06
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ	35	1,38	1,46	6,21	43,48	0,71
2024	ТК № 66	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	185	33,13	19,89	30,44	442,50	0,35
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (аллергики)	40	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	172	0,86	0,17	17,41	79,31	3,45
2024	ТК № 53	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			412	36,87	22,10	64,34	617,69	4,51
Всего				70,82	63,04	194,60	1 626,06	61,84