

МЕНЮ
8 июня 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		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр , батон нарезной пшени.мука высш.сорт обог. микроэлементами)	25	2,77	2,19	10,28	72,26	0,04
2024	TK № 54	КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ (пшено, тыква, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	150	2,89	5,08	20,80	139,43	2,00
2024	TK № 54	КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергии) (пшено, тыква, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4,10	3,57	30,71	171,51	1,27
2024	TK № 23	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	210	4,36	3,60	13,13	99,94	0,68
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	TK № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	55	0,22	0,22	5,39	25,85	2,20
Итого			440	10,24	11,09	49,60	337,48	4,92
II Завтрак								
2024	TK № 33	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ (кефир 2,5 % жирности)	100	1,47	2,50	6,75	45,45	0,70
к/к	к/к	ВОДА питьевая (аллергии) (вода питьевая)	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			100	1,47	2,50	6,75	45,45	0,70
Обед								
2024	TK № 55	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ (свекла, сыр, масло подсолнечное рафинированное литр)	35	1,81	4,16	2,47	54,83	1,20
2024	TK № 56	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное литр, вода питьевая, сметана 15% жирности, говядина б/к, соль йодированная, укроп)	180/10/10	4,66	7,94	7,80	129,35	6,26
2024	TK № 56	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (аллергии) (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное литр, вода питьевая, говядина б/к, соль йодированная, укроп)	180/10/10	4,44	5,79	7,53	100,17	6,78
2024	TK № 57	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ (рыба треска филе, морковь, лук репчатый, батон нарезной пшени.мука высш.сорт обог. микроэлементами, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	75	6,50	5,20	10,52	81,14	0,74
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	135	2,86	2,65	17,85	106,90	9,46
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергии) (картофель, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	2,19	3,11	17,74	107,83	8,96
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ (варенье, сахар песок, крахмал картофельный, лимонная кислота, вода питьевая)	210	0,09	0,06	32,19	126,97	0,19
2024	TK № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	TK № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшени.мука высш.сорт обог. микроэлементами)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			715	20,16	21,14	98,97	638,98	17,85
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (яйца куриные (шт.))	40	4,98	4,50	0,27	61,53	0,00
2024	TK № 58	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста белокочанная, говядина б/к, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное литр, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	200	12,62	14,87	13,00	237,15	19,79
2008		ГРУША (груша)	35	0,14	0,10	3,59	16,37	1,74
2024	TK № 59	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА (напиток витаминизированный из шиповника промышленного производства (сок витаминизированный))	200	0,00	0,00	19,98	79,73	0,00
к/к	к/к	ВОДА питьевая (аллергии) (вода питьевая)	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2024	TK № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	451	ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ (мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное литр, яйца куриные (шт.), яблоки, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, дрожжи, вода питьевая)	45	3,41	3,77	27,61	158,46	1,20
Итого			540	22,47	23,42	72,93	594,03	22,73
Всего				54,34	58,15	228,25	1 615,94	46,20