

МЕНЮ
15 января 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	30	1,29	2,88	16,02	93,99	1,76
2024	ТК № 60	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ	150	3,77	4,20	21,64	139,49	0,52
2024	ТК № 60	КАША ЖИДКАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ (аллергии)	150	3,20	0,42	25,13	117,01	0,00
2024	ТК № 61	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,94	2,43	10,73	77,16	0,55
2012	392	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (аллергии)	180	0,13	0,00	0,27	1,60	0,03
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК № 11	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,51	49,52	0,70
Итого			480	10,80	12,01	52,90	360,16	3,53
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	2,79	5,00	13,07	90,76	1,10
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	4,00
Итого			200	2,79	5,00	13,07	90,76	1,10
Обед								
2024	ТК № 62	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,25	7,00	5,00
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	175/15/10	7,01	7,17	11,06	141,83	6,03
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ , ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии)	175/15/10	9,68	6,55	16,53	165,28	7,36
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	12,54	11,25	30,40	288,14	15,80
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	120	2,31	0,47	18,84	89,01	9,53
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,98	0,27	12,72	61,19	0,00
2024	ТК № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,00	14,54	57,94	0,00
2012	392	ЧАЙ СБЕЗ САХАРА (аллергии)	180	0,13	0,00	0,27	1,60	0,03
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,24	0,86	15,42	78,60	0,00
Итого			690	24,22	19,60	85,39	634,70	26,83
Полдник								
2024	ТК № 63	РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ	70	6,01	3,54	15,88	131,18	0,60
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ (аллергии)	95	7,32	0,33	3,90	48,19	1,79
2024	ТК № 64	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, РЕПА, КАПУСТА Б/К, БРЮКВА)	130	2,18	7,32	11,20	120,39	10,10
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	120	2,31	0,47	18,84	89,01	9,53
2024	ТК № 65	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,76	0,05	14,20	60,85	0,24
2024	ТК № 65	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ БЕЗ САХАРА (аллергии)	180	0,76	0,05	7,42	33,76	0,24
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	60	3,90	5,91	20,82	152,66	6,05
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
Итого			475	15,17	17,13	76,94	536,47	16,99
Всего				52,98	53,74	228,30	1 622,09	48,45