



## МЕНЮ

8 мая 2026 г.

### Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,03	2,30	12,82	75,19	1,41
2024	TK № 30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	8,37	8,32	20,51	194,15	0,52
2024	TK № 30	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	2,26	3,25	17,83	109,57	0,00
2024	TK № 31	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2012	392	ЧАЙ (аллергики)	180	0,10	0,00	0,20	1,20	0,02
2024	TK № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	75	0,30	0,30	7,35	35,25	3,00
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>9,84</b>	<b>10,92</b>	<b>46,77</b>	<b>329,45</b>	<b>4,96</b>
<b>II Завтрак</b>								
2024	TK № 33	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	153	2,26	3,85	10,39	69,99	1,08
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,16	0,00	6,77	27,63	0,03
<b>Итого</b>			<b>153</b>	<b>2,26</b>	<b>3,85</b>	<b>10,39</b>	<b>69,99</b>	<b>1,08</b>
<b>Обед</b>								
2024	TK № 34	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО)	36	0,45	0,04	1,69	8,95	28,40
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10/10	2,11	3,04	4,95	97,95	4,77
2012	73	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	190/0/10	0,88	2,61	5,26	51,33	3,14
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	190/10	2,73	3,33	5,02	61,07	3,14
2024	TK № 35	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	6,58	5,20	14,72	93,49	0,00
2011	142	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	120	2,36	7,11	16,85	144,17	7,92
2011	142	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ (аллергики)	110	2,36	6,60	18,89	144,83	9,56
2024	TK № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,00	13,44	63,34	0,23
2012	392	ЧАЙ (аллергики)	180	0,10	0,00	0,20	1,20	0,02
2024	TK № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,21	10,43	50,18	0,00
2024	TK № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,87	0,72	12,80	65,24	0,00
<b>Итого</b>			<b>646</b>	<b>15,05</b>	<b>16,32</b>	<b>74,88</b>	<b>523,32</b>	<b>41,32</b>
<b>Полдник</b>								
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	150	2,24	5,35	16,75	124,60	7,94
2008	309	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (аллергики)	150	2,86	5,85	21,59	150,92	10,21
2008	309	РАГУ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	150	8,78	11,32	16,97	205,08	7,92
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193/7	0,20	0,01	8,22	34,91	1,15
2012	392	ЧАЙ (аллергики)	200	0,10	0,00	0,20	1,20	0,02
2024	TK № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,38	0,18	8,80	42,32	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,55	2,89	28,53	154,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>421</b>	<b>7,37</b>	<b>8,43</b>	<b>62,30</b>	<b>355,83</b>	<b>9,09</b>
<b>Всего</b>				<b>34,52</b>	<b>39,52</b>	<b>194,34</b>	<b>1 278,59</b>	<b>56,45</b>