



# МЕНЮ

9 апреля 2026 г.

## Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,78	3,49	10,18	87,91	0,07
2024	ТК № 22	КАША "ДРУЖБА"	150	2,31	4,98	21,41	141,04	0,68
2024	ТК № 22	КАША "ДРУЖБА" (аллергики)	155	2,40	5,18	22,27	146,68	0,71
2024	ТК № 23	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,73	3,08	11,22	85,42	0,58
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК № 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,96	0,24	9,00	45,60	38,00
2012	368	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	100	0,40	0,30	10,20	46,53	4,95
<b>Итого</b>			<b>460</b>	<b>10,78</b>	<b>11,79</b>	<b>51,81</b>	<b>359,97</b>	<b>39,33</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	2,79	5,00	13,07	90,76	1,10
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	100	0,40	0,40	9,90	47,47	4,04
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>2,79</b>	<b>5,00</b>	<b>13,07</b>	<b>90,76</b>	<b>1,10</b>
<b>Обед</b>								
2024	ТК № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,38	0,05	0,80	6,11	2,35
2024	ТК № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	180/8/12	1,90	6,33	12,22	118,76	5,42
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	70	10,09	10,24	7,19	163,17	0,08
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	2,91	2,71	35,09	186,84	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/10	0,04	0,03	7,20	27,94	0,12
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,16	0,16	7,46	35,90	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,05	0,40	7,25	36,94	0,00
<b>Итого</b>			<b>695</b>	<b>17,53</b>	<b>19,92</b>	<b>77,21</b>	<b>575,66</b>	<b>7,97</b>
<b>Полдник</b>								
2024	ТК № 27	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	18,99	23,59	33,11	420,47	1,28
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,46	0,19	9,33	44,87	0,00
2024	ТК № 29	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	5,51	8,92	13,83	164,58	0,04
<b>Итого</b>			<b>465</b>	<b>26,86</b>	<b>32,88</b>	<b>74,45</b>	<b>707,32</b>	<b>4,92</b>
<b>Всего</b>				<b>57,96</b>	<b>69,59</b>	<b>216,54</b>	<b>1 733,71</b>	<b>53,32</b>