

Утверждаю




# МЕНЮ

30 апреля 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		
<b>Завтрак</b>								
2008		ОМЛЕТ С СЫРОМ	145/8	9,84	13,49	2,71	172,08	0,26
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/5/5	1,94	4,05	12,67	94,91	0,00
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,01	0,00	9,70	38,83	0,00
<b>Итого</b>			<b>378</b>	<b>11,79</b>	<b>17,54</b>	<b>25,08</b>	<b>305,82</b>	<b>0,26</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		СОК	200	0,58	0,00	32,01	131,92	4,80
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>0,58</b>	<b>0,00</b>	<b>32,01</b>	<b>131,92</b>	<b>4,80</b>
<b>Обед</b>								
2012	34	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЬЮ ГОРОШКОМ	5	0,04	1,84	0,23	17,67	0,12
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ	200	1,75	1,84	13,32	77,08	2,81
2008	309	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	175	19,31	20,86	25,79	369,11	12,36
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41/20	2,74	0,36	17,53	84,34	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,32	0,11	8,67	40,91	0,00
<b>Итого</b>			<b>648</b>	<b>25,16</b>	<b>25,01</b>	<b>75,22</b>	<b>627,81</b>	<b>15,29</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	268	7,55	6,51	12,49	140,57	1,40
2008	453	ВАТРУШКИ ИЗ ТВОРОГА	40	6,03	3,37	14,88	114,57	0,04
<b>Итого</b>			<b>308</b>	<b>13,58</b>	<b>9,88</b>	<b>27,37</b>	<b>255,14</b>	<b>1,44</b>
<b>Ужин</b>								
2008	184	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	190/5	7,62	7,84	31,88	228,40	0,78
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,01	0,00	9,70	38,83	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	43	3,28	0,27	21,56	101,77	0,00
<b>Итого</b>			<b>428</b>	<b>10,91</b>	<b>8,11</b>	<b>63,14</b>	<b>369,00</b>	<b>0,78</b>
<b>Всего</b>			<b>62,02</b>	<b>60,54</b>	<b>222,82</b>	<b>1 689,69</b>	<b>22,57</b>	

 Сулейманова Л,Ф,