

**МЕНЮ**

8 июня 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 |                                |                |
| <b>Завтрак</b>     |               |  |        |                   |         |              |                                |                |
| 2008               | 189           | -КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150    | 5,87              | 7,44    | 22,49        | 180,98                         | 0,51           |
| 2008               | 433           | -КАКАО С МОЛОКОМ                                   | 180    | 1,42              | 1,06    | 6,25         | 40,79                          | 0,14           |
| 2012               | 2             | -БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ                              | 30     | 0,90              | 3,70    | 15,63        | 97,73                          | 0,05           |
| Итого              |               |  | 360    | 8,19              | 12,20   | 44,37        | 319,50                         | 0,70           |
| <b>II Завтрак</b>  |               |  |        |                   |         |              |                                |                |
| 2008               | 435           | ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ     | 125    | 3,39              | 3,03    | 5,45         | 68,34                          | 0,35           |
| Итого              |               |  | 125    | 3,39              | 3,03    | 5,45         | 68,34                          | 0,35           |
| <b>Обед</b>        |               |  |        |                   |         |              |                                |                |
| 2008               | 23            | -САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)     | 60     | 0,53              | 0,08    | 1,77         | 10,76                          | 10,22          |
| 2023               | 1007          | -СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РИСОМ                   | 200    | 6,04              | 2,06    | 13,95        | 98,48                          | 6,19           |
| 2012               | 282           | -БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ                     | 60     | 8,52              | 7,65    | 10,85        | 129,33                         | 0,15           |
| 2012               | 344           | -РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)                          | 125    | 2,16              | 4,59    | 13,20        | 105,97                         | 8,83           |
|                    | ТК №002       | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                               | 35     | 2,32              | 0,31    | 14,84        | 71,39                          | 0,00           |
|                    | ТК №005       | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 35     | 2,63              | 1,02    | 17,99        | 91,70                          | 0,00           |
| 2012               | 375           | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-                             | 200    | 0,04              | 0,02    | 5,60         | 22,93                          | 3,07           |
| Итого              |               |  | 715    | 22,24             | 15,73   | 78,20        | 530,56                         | 28,46          |
| <b>Полдник</b>     |               |  |        |                   |         |              |                                |                |
| к/к                | к/к           | НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ                         | 200    | 1,00              | 2,50    | 11,10        | 53,28                          | 0,00           |
| 2012               | 237           | -ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С АБРИКОСОВЫМ СОУСОМ         | 125/20 | 5,56              | 4,56    | 15,50        | 127,50                         | 2,80           |
|                    | ТК №005       | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 30     | 2,25              | 0,87    | 15,42        | 78,60                          | 0,00           |
| 2008               | 434           | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                   | 104    | 3,07              | 2,64    | 5,07         | 57,03                          | 0,57           |
| 2012               | 458           | -ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ                               | 40     | 1,96              | 2,50    | 18,78        | 106,87                         | 0,59           |
| Итого              |               |  | 519    | 13,84             | 13,07   | 65,87        | 423,28                         | 3,96           |
| Всего              |               |  |        | 47,66             | 44,03   | 193,89       | 1 341,66                       | 33,47          |

Медицинская сестра

Семенова В.Н.