

**МЕНЮ**

18 февраля 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>								
2008	185	-КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ	150	6,05	7,19	29,42	207,57	2,06
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,14	0,00	9,03	36,65	0,03
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,25	5,21	10,24	95,00	0,10
Итого			405	11,94	12,98	58,97	391,62	2,19
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	110	3,08	2,75	4,96	62,16	0,77
Итого			110	3,08	2,75	4,96	62,16	0,77
<b>Обед</b>								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	50	1,44	4,00	3,02	53,66	2,02
2012	77	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ	200	3,01	4,71	10,76	97,85	5,55
2008	321	-СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	6,03	2,80	12,50	99,82	13,70
2012	344	-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	125	2,20	7,49	17,28	130,99	0,68
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,63	1,02	17,99	91,70	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	167	0,83	0,00	21,17	91,67	6,67
Итого			652	17,80	20,24	93,32	616,68	28,62
<b>Полдник</b>								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50	0,40	0,05	2,85	6,50	1,88
2012	292	-МАКАРОНИК С МЯСОМ	195	9,01	10,48	31,39	264,74	0,79
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	133	3,94	3,40	6,53	73,41	0,73
2012	479	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	40	1,73	1,89	21,77	110,85	0,00
Итого			448	17,07	16,08	75,26	516,69	3,40
Всего				49,89	52,05	232,51	1 587,15	34,98

Медицинская сестра

Семенова В.Н.