



# МЕНЮ

17 февраля 2026 г.

## Сад

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                      | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                         |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                         |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 3                   | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                                                                       | 30     | 3,83              | 3,54    | 10,28            | 88,97                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | БАТОН НАРЕЗНОЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии)                                                                | 30     | 2,25              | 0,87    | 15,42            | 78,60                                    | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 38             | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ОВСЯНАЯ С КУРАГОЙ                                                               | 150    | 2,95              | 5,89    | 21,53            | 172,75                                   | 0,80                  |
| 2008                          | 324                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ<br>РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)                                                                | 150    | 4,24              | 1,11    | 24,04            | 122,88                                   | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 9              | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                                                                              | 200    | 3,17              | 2,48    | 13,02            | 55,25                                    | 0,52                  |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)                                                                                | 180    | 0,19              | 0,00    | 16,54            | 66,92                                    | 0,04                  |
| 2024                          | ТК № 10             | АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ                                                                                         | 100    | 0,90              | 0,20    | 8,10             | 43,00                                    | 60,00                 |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии)                                                                                | 99     | 0,40              | 0,40    | 9,71             | 46,55                                    | 9,90                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                         | 480    | 10,85             | 12,11   | 52,93            | 359,97                                   | 61,32                 |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                         |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 400                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 %<br>ЖИРНОСТИ                                                                      | 200    | 2,79              | 5,00    | 13,07            | 90,76                                    | 1,10                  |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)                                                                                | 180    | 0,19              | 0,00    | 14,93            | 60,46                                    | 0,04                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                         | 200    | 2,79              | 5,00    | 13,07            | 90,76                                    | 1,10                  |
| Обед                          |                     |                                                                                                         |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 20                  | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ                                                                                 | 50     | 0,40              | 1,01    | 1,24             | 15,54                                    | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 39             | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ<br>И ГРЕНКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ<br>ПЕТРУШКИ                                           | 180/20 | 2,83              | 6,19    | 29,65            | 163,05                                   | 2,67                  |
| 2012                          | 34                  | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ                                                                             | 80     | 8,85              | 9,50    | 7,83             | 186,30                                   | 13,26                 |
|                               |                     | МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)                                                                                | 50     | 14,46             | 12,45   | 0,00             | 169,55                                   | 0,00                  |
| 2024                          | 138                 | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ                                                                                  | 130    | 2,08              | 2,70    | 8,60             | 67,62                                    | 5,08                  |
| 2008                          | 309                 | РАГУ (АЛЛЕРГИКИ)                                                                                        | 150    | 2,36              | 4,91    | 18,39            | 127,37                                   | 9,14                  |
| 2024                          | ТК № 40             | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                                                                                         | 200    | 0,31              | 0,07    | 15,71            | 65,25                                    | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 37             | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                                                                     | 30     | 1,99              | 0,26    | 12,72            | 61,19                                    | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 21             | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                                                                       | 30     | 2,25              | 0,87    | 15,42            | 78,60                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                         | 720    | 18,71             | 20,60   | 91,17            | 637,55                                   | 21,01                 |
| Полдник                       |                     |                                                                                                         |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | ТК № 41             | КОТЛЕТА РЫБНАЯ                                                                                          | 70     | 8,96              | 4,10    | 19,27            | 120,62                                   | 0,18                  |
|                               |                     | МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)                                                                                | 50     | 14,72             | 12,66   | 0,00             | 172,52                                   | 0,00                  |
| 2012                          | 318                 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ                                                                                      | 140    | 2,73              | 2,14    | 4,19             | 118,73                                   | 11,20                 |
| 2008                          | К/К                 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ<br>(аллергии) (аллергии)                                                             | 120    | 2,34              | 4,93    | 19,01            | 129,92                                   | 9,62                  |
| 2024                          | ТК № 59             | НАПИТОК<br>ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ<br>ШИПОВНИКА ПРОМЫШЛЕННОГО<br>ПРОИЗВОДСТВА (СОК<br>ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ) | 180    | 0,00              | 0,00    | 18,51            | 74,04                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)                                                                                | 180    | 0,16              | 0,00    | 14,86            | 60,06                                    | 0,03                  |
| 2024                          | ТК № 28             | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                                                                     | 25     | 1,66              | 0,22    | 10,60            | 50,99                                    | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 5              | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                                                                       | 25     | 1,88              | 0,73    | 12,85            | 65,50                                    | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 42             | ПРЯНИКИ                                                                                                 | 30     | 0,00              | 0,00    | 0,00             | 0,00                                     | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                         | 470    | 15,23             | 7,19    | 65,42            | 429,88                                   | 11,38                 |
| Всего                         |                     |                                                                                                         |        | 47,58             | 44,90   | 222,59           | 1 518,16                                 | 94,81                 |