



МЕНЮ

5 марта 2026 г.

Сад

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		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,83	3,54	10,28	88,89	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии)	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
2024	ТК № 54	КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ	150	2,89	5,08	20,80	139,43	2,00
2008	К/К	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии) (аллергии)	150	1,68	0,24	22,63	99,38	0,00
2024	ТК № 23	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,73	3,08	11,22	85,42	0,58
2024	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,19	0,00	16,54	66,92	0,04
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	4,00
Итого			460	10,85	12,10	52,10	360,74	6,58
II Завтрак								
2024	ТК № 33	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	2,93	5,00	13,49	90,89	1,40
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04
Итого			200	2,93	5,00	13,49	90,89	1,40
Обед								
2024	ТК № 55	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	50	3,12	5,79	3,45	78,96	1,62
2024	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергии)	49	0,39	0,05	1,23	6,86	0,00
2024	ТК № 56	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	180/10/10	2,43	5,22	1,92	110,67	6,10
2008	К/К-37	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ(аллергии) (аллергии)	200/10	4,32	2,35	15,25	99,59	10,39
2024	ТК № 57	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	70	6,13	4,91	9,92	76,55	0,70
		МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	50	14,72	12,66	0,00	172,52	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,72	2,52	17,00	101,81	9,01
2008	К/К	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии) (аллергии)	120	2,33	4,93	18,97	129,74	9,60
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	200	0,01	0,00	16,03	64,15	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 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			710	18,65	19,57	76,46	571,93	17,43
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,93	4,46	0,27	60,92	0,00
		МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	50	14,46	12,45	0,00	169,55	0,00
2024	ТК № 58	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	11,50	13,49	12,40	218,10	19,79
2024	ТК № 59	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	180	0,00	0,00	17,98	71,76	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,16	0,00	14,86	60,06	0,03
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	451	ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ	60	3,69	3,52	29,85	164,18	2,18
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии)	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
Итого			500	21,44	21,65	68,98	555,75	21,97
Всего				53,87	58,32	211,03	1 579,31	47,38