



## МЕНЮ

20 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>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	31	1,33	2,97	16,50	96,81	1,81
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	153	7,24	16,22	27,64	286,62	0,00
2024	ТК № 61	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,94	2,43	10,73	77,16	0,55
2024	ТК № 11	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	2,49	1,87	3,74	59,83	0,87
<b>Итого</b>			<b>509</b>	<b>14,00</b>	<b>23,49</b>	<b>58,61</b>	<b>520,42</b>	<b>3,23</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	2,79	5,00	13,07	90,76	0,00
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>2,79</b>	<b>5,00</b>	<b>13,07</b>	<b>90,76</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	175/15/10	2,18	7,86	16,65	137,85	0,00
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	173	20,20	19,07	19,58	165,75	9,91
2024	ТК № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,00	14,54	57,94	0,00
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
<b>Итого</b>			<b>613</b>	<b>26,67</b>	<b>28,06</b>	<b>78,91</b>	<b>501,33</b>	<b>9,91</b>
<b>Полдник</b>								
2024	ТК № 63	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	69	5,95	3,50	15,72	129,87	0,00
2024	ТК № 64	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, КАПУСТА Б/К, )	130	2,46	8,59	16,11	152,22	10,09
2024	ТК № 65	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,76	0,05	14,20	60,85	0,24
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	60	4,01	5,95	20,60	152,22	5,84
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
<b>Итого</b>			<b>474</b>	<b>15,50</b>	<b>18,40</b>	<b>81,47</b>	<b>566,55</b>	<b>16,17</b>
<b>Всего</b>				<b>58,96</b>	<b>74,95</b>	<b>232,06</b>	<b>1 679,06</b>	<b>29,31</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Митрофанова Л.В.