



## МЕНЮ

22 апреля 2026 г.

### Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,60	8,52	10,71	126,05	0,00
2024	ТК № 17	ОМЛЕТ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	199	9,31	3,47	32,81	195,92	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193/7	0,20	0,01	8,22	34,91	0,00
<b>Итого</b>			<b>429</b>	<b>11,11</b>	<b>12,00</b>	<b>51,74</b>	<b>356,88</b>	<b>0,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
2024	ТК № 2	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	191	2,94	5,00	13,05	90,34	0,00
<b>Итого</b>			<b>191</b>	<b>2,94</b>	<b>5,00</b>	<b>13,05</b>	<b>90,34</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2024	ТК № 18	САЛАТ "ЛЕТНИЙ" (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ, ПОМИДОРЫ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ)	50	0,52	2,53	1,80	32,58	43,58
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/15/5	1,97	3,96	19,65	98,02	0,00
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	71	8,17	11,73	8,69	199,05	0,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,20	5,90	33,00	240,00	0,00
2024	ТК № 19	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>682</b>	<b>21,43</b>	<b>25,17</b>	<b>93,82</b>	<b>716,13</b>	<b>43,58</b>
<b>Полдник</b>								
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	71/25	5,14	8,77	6,07	147,26	0,00
2008	337	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ (КАБАЧКИ) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	79	0,56	1,44	4,26	32,67	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,70	0,30	24,40	103,00	200,00
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	0,90	0,20	8,50	40,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>396</b>	<b>7,30</b>	<b>10,71</b>	<b>43,23</b>	<b>323,73</b>	<b>200,00</b>
<b>Всего</b>				<b>42,78</b>	<b>52,88</b>	<b>201,84</b>	<b>1 487,08</b>	<b>243,58</b>

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