



## МЕНЮ

18 сентября 2025 г.

### Сад 12 часов

| 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                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                                                     | 30       | 3,27              | 4,14    | 7,07             | 62,62                                    | 0,00                  |
|                               | ТК<br>№004          | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ<br>(аллергии)                                                        | 30       | 2,25              | 0,90    | 15,45            | 78,60                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 189                 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                                               | 205      | 6,00              | 8,00    | 27,00            | 203,00                                   | 0,50                  |
| 2008                          | 189                 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ НА<br>ВОДЕ (аллергии)                                              | 205      | 2,04              | 4,75    | 26,37            | 156,36                                   | 0,00                  |
|                               | ТК№043              | КАКАО С МОЛОКОМ                                                                        | 180      | 3,84              | 3,23    | 15,76            | 108,07                                   | 0,61                  |
| 2012                          | 392                 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)                                                               | 180/6    | 0,00              | 0,00    | 8,40             | 34,00                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                        | 415      | 13,11             | 15,37   | 49,83            | 373,69                                   | 1,11                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                        |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                                                           | 182      | 0,91              | 0,18    | 18,36            | 78,18                                    | 3,64                  |
| 2012                          | 392                 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)                                                               | 180/6    | 0,00              | 0,00    | 8,40             | 34,00                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                        | 182      | 0,91              | 0,18    | 18,36            | 78,18                                    | 3,64                  |
| Обед                          |                     |                                                                                        |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 43                  | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ                                                                     | 50       | 0,80              | 7,60    | 6,00             | 96,00                                    | 3,90                  |
| 2012                          | 57                  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ                               | 200/10/5 | 3,98              | 6,12    | 8,12             | 106,17                                   | 5,54                  |
| 2012                          | 67                  | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С<br>КАРТОФЕЛЕМ И ЗЕЛЕНЬЮ<br>ПЕТРУШКИ (без моркови)<br>(аллергии) | 200/1    | 1,16              | 2,37    | 5,21             | 47,12                                    | 9,90                  |
| 2012                          | 269                 | ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ                                                               | 80       | 10,20             | 5,35    | 20,30            | 166,65                                   | 0,40                  |
| 2008                          | 252                 | МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)                                                               | 50       | 14,69             | 12,61   | 0,22             | 172,81                                   | 0,11                  |
| 2008                          | 307                 | КУРИЦА ОТВАРНАЯ<br>(аллергии)                                                          | 50       | 14,10             | 3,60    | 0,40             | 91,00                                    | 9,00                  |
| 2008                          | 129                 | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В<br>СМЕТАННОМ СОУСЕ                                                | 150      | 2,64              | 1,99    | 11,02            | 79,12                                    | 10,11                 |
| 2008                          | 126                 | КАПУСТА ОТВАРНАЯ С<br>ПОДСОЛНЕЧНЫМ МАСЛОМ<br>(аллергии)                                | 150      | 2,78              | 4,17    | 7,24             | 79,17                                    | 28,43                 |
| 2012                          | 392                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                                                          | 180/6    | 0,00              | 0,00    | 8,40             | 34,00                                    | 0,00                  |
|                               | ТК<br>№003          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                                                    | 26       | 1,79              | 0,21    | 11,13            | 53,55                                    | 0,00                  |
|                               | ТК<br>№004          | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                                                      | 26       | 1,96              | 0,78    | 13,42            | 68,64                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                        | 733      | 21,37             | 22,05   | 78,39            | 604,13                                   | 19,95                 |
| Полдник                       |                     |                                                                                        |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 224                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                                                                   | 130      | 23,01             | 11,83   | 20,93            | 283,30                                   | 0,20                  |
| 2008                          | 184                 | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ<br>(аллергии)                                                      | 155      | 4,18              | 5,45    | 28,04            | 177,83                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                                                       | 204      | 6,12              | 4,08    | 10,00            | 100,88                                   | 1,12                  |
| 2012                          | 392                 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)                                                               | 180/6    | 0,00              | 0,00    | 8,40             | 34,00                                    | 0,00                  |
|                               |                     | МАНДАРИН СВЕЖИЙ                                                                        | 97       | 0,78              | 0,19    | 7,28             | 36,86                                    | 14,74                 |
|                               | ТК №<br>002         | ГРУША СВЕЖАЯ (аллергии)                                                                | 149      | 0,60              | 0,50    | 15,50            | 70,50                                    | 3,00                  |
|                               | ТК№018              | ПЕЧЕНЬЕ                                                                                | 28       | 2,14              | 2,82    | 24,44            | 104,34                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                        | 459      | 32,05             | 18,92   | 62,65            | 525,38                                   | 16,06                 |
| Всего                         |                     |                                                                                        |          | 67,44             | 56,52   | 209,23           | 1 581,38                                 | 40,76                 |