

МЕНЮ
24 сентября 2026 г.
Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	1,6	0,6	14,8	70	0
2008	ТТК№ -189	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок)	190	6,6	9,1	15,5	170	0
2008	ТТК№ -43	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,6	2,3	22	120	0
Итого			400	10,8	12	52,3	360	0
II Завтрак								
2012	9.1.4.1	НЕКТАРИН СВЕЖИЙ (нектарины)	100	0,9	0,1	9,3	44	0
Итого			100	0,9	0,1	9,3	44	0
Обед								
2008	43	*САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ (картофель, лук зеленый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая)	50	0,8	3	6,6	56	4,2
2008	ТТК№ -57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, соль йодированная, сметана 15% жирности, лавровый лист, чеснок, бройлеры (цыплята) 1 категории)	200	2,3	5,2	10,2	102	7,06
2024	259	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ (рыба минтай филе, морковь, лук репчатый, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	70	7,7	5	16,7	100	0
2012	ТТК№ -344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-й ВАРИАНТ) (картофель, морковь, лук репчатый, кабачки, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, томатная паста)	150	2,2	6,1	13,2	118	9,5
2008	ТТК№ -394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	180	0,2	0,2	11	88	0
2022	ТК№- 16	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,7	0,3	17	82	0
	ТТК -012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	40	2,8	1,1	19,2	98	0
Итого			730	18,7	20,9	93,9	644	20,76
Уплотненный Полдник								
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ (грудка птицы (филе), масло подсолнечное рафинированное, картофель, морковь, лук репчатый, репа, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая)	200	13,5	11,6	23,5	250	30
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ (сок персиковый)	180	0,5		29,7	122	0
2022	-016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	0
2022	ТТК№ -26	ПРЯНИКИ (пряники заварные)	40	2,2	1,8	28,1	137	0
Итого			440	17,6	13,6	89,8	550	30
Всего				48	46,6	245,3	1598	50,76

Шеф-повар _____ Вершинина Т.А.