

**МЕНЮ**  
3 февраля 2026 г.

**САД 12 ЧАСОВ**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин C, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	30	1,29	2,88	16,02	93,99	1,76
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	5,11	6,30	14,76	164,81	0,57
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,52
2024	ТК№ 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,96	0,24	9,00	45,60	38,00
<b>Итого</b>			<b>480</b>	<b>10,53</b>	<b>11,90</b>	<b>52,80</b>	<b>359,65</b>	<b>40,85</b>
<b>II Завтрак</b>								
2024	ТК № 49	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	199	5,78	4,98	8,37	107,61	0,60
<b>Итого</b>			<b>199</b>	<b>5,78</b>	<b>4,98</b>	<b>8,37</b>	<b>107,61</b>	<b>0,60</b>
<b>Обед</b>								
2011	77	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	50	2,94	4,27	5,54	72,37	2,80
2024	ТК № 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/30/1	6,15	2,16	7,88	75,65	4,63
2024	ТК № 51	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	7,11	9,25	18,22	179,00	0,52
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	135	2,70	2,06	11,04	74,43	9,60
2024	ТК № 52	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,29	0,09	14,04	59,37	0,16
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>681</b>	<b>22,39</b>	<b>18,74</b>	<b>78,05</b>	<b>567,11</b>	<b>17,71</b>
<b>Полдник</b>								
2012	41	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ	50	1,89	2,00	8,50	59,56	0,97
2024	ТК № 66	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	36,19	21,41	30,41	466,01	0,39
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,18	0,36	29,01	120,72	720,72
2024	ТК № 53	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>39,76</b>	<b>24,35</b>	<b>78,20</b>	<b>698,69</b>	<b>722,08</b>
<b>Всего</b>			<b>78,46</b>	<b>59,97</b>	<b>217,42</b>	<b>1 733,06</b>	<b>781,24</b>	