

**МЕНЮ**

12 мая 2026 г.

**САД 12 ЧАСОВ**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, 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	203	5,87	5,06	8,51	109,35	0,61
<b>Итого</b>			<b>203</b>	<b>5,87</b>	<b>5,06</b>	<b>8,51</b>	<b>109,35</b>	<b>0,61</b>
<b>Обед</b>								
2011	77	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	50	2,81	4,20	5,54	71,25	2,80
2024	ТК № 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/30/1	5,66	2,15	7,87	73,77	4,62
2024	ТК № 51	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	11,24	14,34	5,85	197,40	0,52
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	140	2,95	2,91	12,51	88,84	9,93
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>686</b>	<b>26,15</b>	<b>24,60</b>	<b>67,14</b>	<b>596,92</b>	<b>18,03</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	36,77	22,02	30,43	473,90	0,39
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	179	0,89	0,18	20,03	91,22	13,24
2024	ТК № 53	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>449</b>	<b>41,05</b>	<b>24,78</b>	<b>69,24</b>	<b>677,08</b>	<b>14,60</b>
<b>Всего</b>				<b>83,60</b>	<b>66,34</b>	<b>197,69</b>	<b>1 743,00</b>	<b>74,09</b>