

**МЕНЮ**  
03 июня 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         | 1,62              | 8,61         | 10,82        | 127,32                        | 0,00           |
| 2024              | TK № 17       | ОМЛЕТ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ   | 200        | 9,40              | 3,50         | 33,14        | 197,90                        | 0,00           |
| 2012              | 393           | ЧАЙ С ЛИМОНОМ   | 193/7      | 0,20              | 0,01         | 8,22         | 34,91                         | 0,00           |
| 2008              | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)   | 180        | 0,17              | 0,00         | 13,44        | 54,41                         | 0,04           |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>430</b> | <b>11,22</b>      | <b>12,12</b> | <b>52,18</b> | <b>360,13</b>                 | <b>0,00</b>    |
| <b>II Завтрак</b> |               |   |            |                   |              |              |                               |                |
| 2024              | TK № 2        | ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ                              | 200        | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          | 0,00           |
| 2008              | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)   | 180        | 0,17              | 0,00         | 13,44        | 54,41                         | 0,04           |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>200</b> | <b>0,00</b>       | <b>0,00</b>  | <b>0,00</b>  | <b>0,00</b>                   | <b>0,00</b>    |
| <b>Обед</b>       |               |   |            |                   |              |              |                               |                |
| 2024              | TK № 18       | САЛАТ "ЛЕТНИЙ" (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ, ПОМИДОРЫ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, УКРОП, ПЕТРУШКА)        | 50         | 0,52              | 2,55         | 1,79         | 32,70                         | 20,98          |
| 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           |
| 2008              | 84            | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (аллергики)                                   | 180        | 6,54              | 7,51         | 6,30         | 119,28                        | 9,96           |
| 2012              | 288           | ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ  | 70/25      | 5,09              | 8,68         | 6,01         | 145,80                        | 0,00           |
| 2008              | 181           | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ  | 130        | 7,35              | 4,98         | 33,26        | 206,99                        | 0,00           |
| 2024              | TK № 19       | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ   | 180        | 0,00              | 0,00         | 6,78         | 27,09                         | 0,00           |
| 2024              | TK № 20       | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ  | 20         | 1,32              | 0,18         | 8,48         | 40,79                         | 0,00           |
| 2024              | TK № 21       | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ   | 30         | 2,25              | 0,87         | 15,42        | 78,60                         | 0,00           |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>705</b> | <b>18,50</b>      | <b>21,22</b> | <b>91,39</b> | <b>629,99</b>                 | <b>20,98</b>   |
| <b>Полдник</b>    |               |   |            |                   |              |              |                               |                |
| 2012              | 277           | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА   | 70         | 8,01              | 14,50        | 8,52         | 195,15                        | 0,00           |
| 2008              | 337           | ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ (КАБАЧКИ СЕЗОННЫЕ) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ/ ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 135        | 1,84              | 0,20         | 8,43         | 43,46                         | 9,07           |
| 2008              | 338           | ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ (аллергики)  | 150        | 2,36              | 3,16         | 12,09        | 86,95                         | 9,68           |
| 2024              | TK № 59       | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА                                 | 180        | 0,17              | 0,35         | 28,11        | 116,98                        | 288,00         |
| 2024              | TK № 20       | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ  | 20         | 1,32              | 0,18         | 8,48         | 40,79                         | 0,00           |
| 2008              | 477           | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ  | 60         | 5,91              | 2,17         | 33,29        | 174,00                        | 0,00           |