

Утверждаю

Директор
ООО "Общепит", Комсомольский д/с
_____ /Н.В. Горбунова/

МЕНЮ
13 января 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	200	4	4,5	23,5	148	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,4	7,5	16,5	144	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,4	33	0
Итого			440	6,5	12	48,4	325	0,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	2
Итого			100	0,5	0,1	9,9	43	2
Обед								
2008	12	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	50	0,6	3,2	4,9	51	4,3
2004	135	СУП ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	200	1,7	3,3	8,4	68	6,8
2004	396	РЫБА ОТВАРНАЯ	70	12,9	0,8	0,4	57	0,3
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	30	0,6	0,7	1,8	15	0,1
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,5	3,2	17,1	104	9
2008	396	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,2	0,2	11,6	49	1,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			720	21,1	11,8	61,2	426	22,1
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,1	5,3	10,1	113	2,99
Итого			220	7,6	7,3	25	196	2,99
Ужин								
2008	265	ЗАПЕКАНКА КАПУСТНАЯ	170	5,7	5,7	14,9	131	34
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	30	0,6	0,7	1,8	15	0,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,4	33	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
Итого			440	9,5	6,6	45,2	274	34,1
Всего				45,2	37,8	189,7	1264	61,59

Составил _____