

Утверждаю

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

МЕНЮ
19 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	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	4,7	5,4	21,7	151	0,3
2008	3	БУТЕРБРОД С ВАРЕНОЙ СГУЩЕНКОЙ	40	3,1	2,1	22,1	120	0,2
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,4	1	11	58	0,2
Итого			440	9,2	8,5	54,8	329	0,7
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	77/2	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,6	1,1	5,5	35	3,8
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	1,9	3,4	10,4	77	4,1
2008	272	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	70	11,3	9,5	5,7	163	0
2004	534/3	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,5	4,1	10,8	90	22,4
2008	396	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,2	0,2	11,6	49	1,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			700	19,8	18,7	65,2	516	31,9
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,5	4,7	8,7	97	1
Итого			200	5,5	4,7	8,7	97	1
Ужин								
2004	276	СУФЛЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ И МОРКОВИ	170	4,4	8,9	17,7	163	8,6
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	30	0,6	3,5	1,8	40	0,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3		14,4	58	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
Итого			440	8,4	12,6	54	356	8,7
Всего				43,4	44,6	192,6	1341	44,3

Составил _____