

Утверждаю

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

МЕНЮ
21 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 РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	3,1	4	22,7	138	0,3
	12	БАТОН	40	3	1,2	20,6	105	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,4	1,9	11	69	0,3
Итого			440	8,5	7,1	54,3	312	0,6
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								
2011	6	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,5	2,5	4,2	42	1,9
2008	168	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	200	1,5	3,3	8,3	67	6
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,6	3,4	28,2	158	0
2008	272	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	70	11,3	9,5	5,7	163	0
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	30	0,6	3,5	1,7	39	0,1
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	11,6	49	1,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			730	22	22,8	80,9	620	9,6
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,5	4,7	8,7	97	1
Итого			220	7	6,7	23,6	180	1
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	13,9	12,4	2,2	168	0,2
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	17,1	12,6	30,7	296	0,2
Всего				55,1	49,3	199,4	1451	13,4

Составил _____