

Утверждаю

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

МЕНЮ
22 января 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		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	4,5	4,8	25,2	158	0,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,4	7,5	16,5	144	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,4	1	11	58	0,2
Итого			440	8,3	13,3	52,7	360	0,5
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
1998	19	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	50	0,7	5	3,5	62	1,9
2008	110	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,7	6,2	9,9	99	6,9
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	170	11,8	12,6	20,2	247	10,9
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,5	1,5	1,8	22	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	17	83	80
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			700	18,7	26	73,6	615	99,7
Полдник								
		ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	2,9	2,7	29,4	150	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,5	4,7	8,7	97	1
Итого			250	8,4	7,4	38,1	247	1
Ужин								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,5	3,8	16,2	114	0,5
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	7,7	4	44,7	242	0,5
Всего				43,5	51,1	218,9	1511	111,7

Составил _____