

Утверждаю

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

МЕНЮ
5 марта 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	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	4,2	3,8	18	120	0
	12	БАТОН	40	3	1,2	20,6	105	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,4	33	0
Итого			440	7,3	5	47	258	0
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	134	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	2	3,5	9,8	77	6,2
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	77	11,5	2,6	4,3	85	3
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	130	3,4	4,3	34,7	187	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,1	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			657	20,2	10,8	78,1	483	9,2
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	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170	23,1	15,1	20,9	305	0,2
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	2,1	2,4	15,2	89	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	28,4	17,7	64,6	522	0,3
Всего				63,4	40,3	223,2	1486	12,5

Составил _____