

Утверждаю

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

МЕНЮ

10 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	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,8	4,6	28,8	176	0,4
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/15	6,4	5,6	20,6	159	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,2	1,7	11,6	68	0,3
Итого			455	14,4	11,9	61	403	0,8
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	2,5	5	6,7	80	10
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,6	3,4	28,2	158	0
2008	259	ГУЛЯШ	70	9,1	24,2	4,4	260	1,4
2008	441	КИСЕЛЬ	200			19,6	77	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			640	18,8	33	75,9	657	11,4
Полдник								
		БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	50	3,7	3	28	150	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,1	5,3	10,1	113	2,99
Итого			250	9,8	8,3	38,1	263	2,99
Ужин								
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	170	2,7	3,5	13,7	97	13,6
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			410	5,9	3,7	42,2	225	13,6
Всего				49,3	57,3	227	1595	38,79

Составил _____