

Утверждаю

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

МЕНЮ

20 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	259	ГУЛЯШ	70	9,1	24,2	4,4	260	1,4
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			650	17,8	32,4	78,2	658	7,6
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	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170	23,1	15,1	20,9	305	0,2
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,5	3,7	30	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	26,9	16,8	53,1	463	0,3
Всего				59,5	61	211,8	1602	10,9

Составил _____