

Утверждаю

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

МЕНЮ

26 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 | | | | | | | | |
| 2004 | 302 | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ | 200 | 6,7 | 5,5 | 37,5 | 223 | 0,3 |
| | 12 | БАТОН | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 105 | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,1 | | 9,4 | 37 | 0 |
| Итого | | | 440 | 9,8 | 6,7 | 67,5 | 365 | 0,3 |
| 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 | 75 | СВЕКОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ | 200 | 1,9 | 3,4 | 10,8 | 79 | 5,2 |
| 2008 | 311 | ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ | 180 | 10,9 | 24,8 | 30,1 | 374 | 1 |
| 2008 | 396 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК | 200 | 0,2 | 0,2 | 11,6 | 49 | 1,6 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102 | 0 |
| Итого | | | 630 | 16,3 | 28,8 | 73,7 | 604 | 7,8 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 437 | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА | 200 | 0,7 | 0,3 | 19,9 | 95 | 80 |
| Итого | | | 200 | 0,7 | 0,3 | 19,9 | 95 | 80 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2004 | 267 | МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА | 150 | 4,8 | 6 | 23,5 | 163 | 3 |
| | | МОЛОКО СГУЩЕННОЕ | 30 | 2,1 | 2,4 | 15,2 | 89 | 0,1 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 95 | 0 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,1 | | 8,4 | 33 | 0 |
| Итого | | | 420 | 10,1 | 8,6 | 67,2 | 380 | 3,1 |
| Всего | | | | 37,4 | 44,5 | 238,2 | 1487 | 93,2 |

Составил _____