

Утверждаю

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

МЕНЮ

27 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	5,4	4,2	28,1	168	0,3
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/15	6,4	5,6	20,6	159	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,1	0,8	10,4	51	0,2
Итого			455	12,9	10,6	59,1	378	0,6
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	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0,7	3,3	3,8	49	3,2
2004	138	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	2,3	4,6	17,2	116	4,7
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	9,4	20,2	17,9	281	10,2
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			670	15,9	28,7	71,7	597	19,7
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	205	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ	170	2,8	3,9	18,8	117	8,3
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	6	4,1	47,3	245	8,3
Всего				42,3	50,2	211,6	1443	31,6

Составил _____