

Утверждаю

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

## МЕНЮ

20 апреля 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		
<b>Завтрак</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>455</b>	<b>14,4</b>	<b>11,9</b>	<b>61</b>	<b>403</b>	<b>0,8</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47</b>	<b>10</b>
<b>Обед</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>640</b>	<b>18,8</b>	<b>33</b>	<b>75,9</b>	<b>657</b>	<b>11,4</b>
<b>Полдник</b>								
		БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	50	3,7	3	28	150	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,1	5,3	10,1	113	2,99
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>9,8</b>	<b>8,3</b>	<b>38,1</b>	<b>263</b>	<b>2,99</b>
<b>Ужин</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>5,9</b>	<b>3,7</b>	<b>42,2</b>	<b>225</b>	<b>13,6</b>
<b>Всего</b>				<b>49,3</b>	<b>57,3</b>	<b>227</b>	<b>1595</b>	<b>38,79</b>

Составил \_\_\_\_\_