

Утверждаю

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

## МЕНЮ

23 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>								
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
<b>Итого</b>			<b>440</b>	<b>9,8</b>	<b>6,7</b>	<b>67,5</b>	<b>365</b>	<b>0,3</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	75	СВЕКОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	1,9	3,4	10,8	79	5,2
2008	311	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	180	10,6	18,6	30,1	319	1,2
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
<b>Итого</b>			<b>630</b>	<b>16</b>	<b>22,6</b>	<b>73,7</b>	<b>549</b>	<b>8</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	4,9	4,2	7,8	88	0,9
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>4,9</b>	<b>4,2</b>	<b>7,8</b>	<b>88</b>	<b>0,9</b>
<b>Ужин</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>10,1</b>	<b>8,6</b>	<b>67,2</b>	<b>380</b>	<b>3,1</b>
<b>Всего</b>				<b>41,2</b>	<b>42,5</b>	<b>226</b>	<b>1429</b>	<b>22,3</b>

Составил \_\_\_\_\_