

Утверждаю

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

## МЕНЮ

30 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 МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	4,5	4,8	25,2	158	0,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,4	5,9	16,4	129	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,4	1	11	58	0,2
<b>Итого</b>			<b>440</b>	<b>8,3</b>	<b>11,7</b>	<b>52,6</b>	<b>345</b>	<b>0,5</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	47	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	49	2,4	6,2	3	77	1,6
2008	110	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,7	6,2	9,9	99	6,9
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	170	13,4	13,6	20,2	265	10,9
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,5	1,5	1,8	22	0
2008	396	КОМПОТ ИЗ ЯГОДНОЙ СМЕСИ	200	0,1		13,5	54	0,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
<b>Итого</b>			<b>699</b>	<b>21,4</b>	<b>27,9</b>	<b>69,6</b>	<b>619</b>	<b>19,6</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	18	1,3	1,7	13,2	74	0
<b>Итого</b>			<b>18</b>	<b>1,3</b>	<b>1,7</b>	<b>13,2</b>	<b>74</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2004	267	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	150	4,8	6	23,4	162	3
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	25	1,7	2	12,6	74	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
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>9,7</b>	<b>8,2</b>	<b>64,5</b>	<b>364</b>	<b>3,1</b>
<b>Всего</b>				<b>41,1</b>	<b>49,9</b>	<b>209,7</b>	<b>1449</b>	<b>33,2</b>

Составил \_\_\_\_\_