

Утверждаю

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

## МЕНЮ

14 мая 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>								
1998	19	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	50	0,8	5	4,1	64	2,3
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	441	КИСЕЛЬ	201			20,1	80	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
<b>Итого</b>			<b>701</b>	<b>19,7</b>	<b>26,7</b>	<b>77,3</b>	<b>632</b>	<b>20,1</b>
<b>Полдник</b>								
		ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	6,2	4,4	17,9	133	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,5	4,7	8,7	97	1
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>11,7</b>	<b>9,1</b>	<b>26,6</b>	<b>230</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,1	3,4	15,5	107	0,4
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>440</b>	<b>7,3</b>	<b>3,6</b>	<b>44</b>	<b>235</b>	<b>0,4</b>
<b>Всего</b>				<b>47,4</b>	<b>51,5</b>	<b>210,3</b>	<b>1489</b>	<b>32</b>

Составил \_\_\_\_\_