

Утверждаю

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

МЕНЮ

27 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ | 200 | 4,5 | 4,8 | 25,2 | 158 | 0,3 |
| 2008 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 36/15 | 5,9 | 5,4 | 17,5 | 143 | 0,1 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,1 | | 9,4 | 37 | 0 |
| Итого | | | 451 | 10,5 | 10,2 | 52,1 | 338 | 0,4 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 10 |
| Итого | | | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 10 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 47 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ | 50 | 2,4 | 4,8 | 3,1 | 66 | 1,7 |
| 2008 | 110 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ | 200 | 1,7 | 6,2 | 9,9 | 99 | 6,9 |
| 2008 | 209 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 132 | 4,6 | 3,4 | 28,2 | 158 | 0 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ | 80 | 10,7 | 27,8 | 4,5 | 298 | 1,6 |
| 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 | | | 712 | 22,9 | 42,8 | 78,5 | 772 | 11,8 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 437 | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА | 200 | 0,7 | 0,3 | 19,6 | 94 | 80 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83 | 0 |
| Итого | | | 220 | 2,2 | 2,3 | 34,5 | 177 | 80 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 265 | ЗАПЕКАНКА КАПУСТНАЯ | 169 | 5,3 | 5,6 | 13,5 | 122 | 28,8 |
| 2008 | 368 | СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368 | 30 | 0,6 | 3,5 | 1,8 | 40 | 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 |
| Итого | | | 439 | 9,1 | 9,3 | 43,8 | 290 | 28,9 |
| Всего | | | | 45,1 | 65 | 218,7 | 1624 | 131,1 |

Составил _____