



## МЕНЮ

3 февраля 2026 г.

### Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                  | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                     |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                     |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 189                 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ               | 200    | 6,06              | 5,69    | 27,54            | 186,30                                   | 0,56                  |
| к/к                           | к/к                 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                   | 25/7   | 3,27              | 2,51    | 12,09            | 84,66                                    | 0,02                  |
| к/к                           | к/к                 | ЧАЙ С МОЛОКОМ                       | 200    | 1,53              | 1,51    | 15,56            | 82,25                                    | 0,28                  |
| Итого                         |                     |                                     | 432    | 10,86             | 9,71    | 55,19            | 353,21                                   | 0,86                  |
| II Завтрак                    |                     |                                     |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                     | БАНАН СВЕЖИЙ                        | 97     | 1,45              | 0,48    | 20,28            | 92,69                                    | 9,66                  |
| Итого                         |                     |                                     | 97     | 1,45              | 0,48    | 20,28            | 92,69                                    | 9,66                  |
| Обед                          |                     |                                     |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 34                  | САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ И МОРКОВИ           | 55     | 0,91              | 2,16    | 3,53             | 37,28                                    | 11,92                 |
| 2008                          | 106                 | СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КУРИЦЕЙ          | 230/45 | 6,54              | 6,13    | 12,82            | 132,80                                   | 0,80                  |
| 2012                          | 304                 | ПЕРЛОВКА С КУРИЦЕЙ                  | 190/50 | 11,04             | 8,98    | 24,10            | 221,71                                   | 1,15                  |
| 2008                          | 411                 | КИСЕЛЬ С ВИТАМИНОМ" С"              | 200    | 0,00              | 0,00    | 28,54            | 114,08                                   | 0,00                  |
|                               |                     | ЧЕСНОК                              | 5      | 0,31              | 0,02    | 1,45             | 7,18                                     | 0,20                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ | 20     | 1,30              | 0,17    | 8,33             | 40,09                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 28     | 2,30              | 0,18    | 15,10            | 71,29                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                     | 823    | 22,40             | 17,64   | 93,87            | 624,43                                   | 14,07                 |
| Уплотненный ужин              |                     |                                     |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 351                 | РАГУ ОВОЩНОЕ                        | 195    | 2,89              | 2,35    | 14,80            | 93,13                                    | 19,80                 |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ                       | 120    | 0,48              | 0,48    | 11,78            | 56,50                                    | 12,02                 |
| 2008                          | 436                 | НАПИТОК ЛИМОННО-ЯБЛОЧНЫЙ            | 200    | 0,12              | 0,06    | 17,86            | 74,22                                    | 1,87                  |
| к/к                           | к/к                 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ          | 24     | 1,86              | 0,72    | 12,09            | 62,52                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                     | 539    | 5,35              | 3,61    | 56,53            | 286,37                                   | 33,69                 |
| Всего                         |                     |                                     |        | 40,06             | 31,44   | 225,87           | 1 356,70                                 | 58,28                 |

Мед.сестра

Баринаова Н.Ю.