



**МЕНЮ**  
20 апреля 2026 г.

**Сад**

| Сборник рецептур  | № техн. карты | Наименование блюда   | Выход        | Химический состав |               |                 | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|-------------------|---------------|--|--------------|-------------------|---------------|-----------------|-------------------------------|----------------|
|                   |               |  |              | Белки, г          | Жиры, г       | Угле-воды, г    |                               |                |
| <b>Завтрак</b>    |               |  |              |                   |               |                 |                               |                |
| 2011              | 7/4           | КАША РИСОВАЯ   | 150          | 2,54              | 2,77          | 28,62           | 149,47                        | 0,00           |
| 2011              | 10/10         | ЧАЙ  | 180          | 0,35              | 0,00          | 6,83            | 28,71                         | 0,07           |
| 2008              | 1             | ХЛЕБ С МАСЛОМ  | 40           | 3,46              | 6,94          | 39,40           | 233,99                        | 0,00           |
| <b>Итого</b>      |               |  | <b>370</b>   | <b>6,35</b>       | <b>9,71</b>   | <b>74,85</b>    | <b>412,17</b>                 | <b>0,07</b>    |
| <b>II Завтрак</b> |               |  |              |                   |               |                 |                               |                |
| 2011              | 12            | СОК  | 99           | 0,50              | 0,10          | 9,90            | 43,00                         | 2,00           |
| <b>Итого</b>      |               |  | <b>99</b>    | <b>0,50</b>       | <b>0,10</b>   | <b>9,90</b>     | <b>43,00</b>                  | <b>2,00</b>    |
| <b>Обед</b>       |               |  |              |                   |               |                 |                               |                |
| 2011              | 27/1          | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, КУКУРУЗЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ | 50           | 0,97              | 3,44          | 5,47            | 56,66                         | 2,88           |
| 2011              | 27/2          | СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С СУХАРЯМИ                         | 180          | 2,94              | 3,21          | 22,05           | 129,23                        | 4,79           |
| 2011              | 43/3          | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                                  | 110          | 4,08              | 3,49          | 24,84           | 147,14                        | 0,00           |
| 2011              | 14/8          | БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ                                     | 70           | 10,36             | 11,04         | 10,05           | 180,83                        | 0,00           |
| 2011              | 1/11          | СОУС МОЛОЧНЫЙ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ)                           | 40           | 0,01              | 1,60          | 0,40            | 16,03                         | 0,00           |
| 2011              | 36            | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ                     | 180          | 0,00              | 0,00          | 13,08           | 52,27                         | 11,60          |
|                   |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ 2  | 30           | 1,28              | 0,17          | 8,23            | 39,57                         | 0,00           |
| <b>Итого</b>      |               |  | <b>660</b>   | <b>19,64</b>      | <b>22,95</b>  | <b>84,12</b>    | <b>621,73</b>                 | <b>19,27</b>   |
| <b>Полдник</b>    |               |  |              |                   |               |                 |                               |                |
| 2011              | 4/6           | ОМЛЕТ С КАРТОФЕЛЕМ ЗАПЕЧЕННЫЙ                                | 100          | 5,94              | 5,45          | 8,41            | 106,52                        | 4,12           |
| 2001              | 271           | БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ  | 60           | 0,26              | 5,76          | 6,05            | 76,99                         | 0,05           |
| 2011              | 13/10         | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                                   | 150          | 0,16              | 0,00          | 7,24            | 29,52                         | 0,00           |
|                   |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ   | 40           | 3,32              | 0,33          | 38,16           | 168,93                        | 0,00           |
| <b>Итого</b>      |               |  | <b>350</b>   | <b>9,68</b>       | <b>11,54</b>  | <b>59,86</b>    | <b>381,96</b>                 | <b>4,17</b>    |
| <b>Всего</b>      |               |  | <b>36,17</b> | <b>44,30</b>      | <b>228,73</b> | <b>1 458,86</b> | <b>25,51</b>                  |                |

*Т.Е. Захаревич*