



МЕНЮ
24 февраля 2026 г.
Если 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ (овсяные хлопья "геркулес", соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок)	130	6,1	7,4	23,4	185	0,6
2008		БАТОН ПРОСТОЙ С МАСЛОМ (батон простой, масло сладко-сливочное несоленое)	40/8	2,4	6,6	14,8	129	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок)	145	0,1		5,7	23	0
Итого			323	8,6	14	43,9	337	0,6
II Завтрак								
2008		ГРУША (груша)	84	0,3	0,3	8,7	40	4,2
Итого			84	0,3	0,3	8,7	40	4,2
Обед								
2012	64	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, кури потрош. 1 категории, соль йодированная, картофель)	150	5,6	6,5	10,4	123	5,4
2008	335	ГУЛЯШ КУРИНЫЙ (масло подсолнечное рафинированное, кури потрош. 1 категории, томатная паста, соль йодированная, лук репчатый, морковь, мука пшеничная высш.сорт)	65	8,2	9,3	5,3	137	1,6
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ (крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	90	2,4	2,9	25,4	137	0
2008	406	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА И КУРАГИ (сахар песок, слива сушеная (чернослив), сушеные абрикосы без косточкой (курага))	150	0,4		11,4	49	0,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	42	2,8	0,4	17,6	85	0
Итого			497	19,4	19,1	70,1	531	7,2
Полдник								
2012	496	ПИРОГ С ПОВИДЛОМ (мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, дрожжи, соль йодированная, молоко пастер. 3,2% жирности, повидло)	55	3,7	4,4	36,1	200	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	145	0,1		5,7	23	0
Итого			200	3,8	4,4	41,8	223	0,1
Ужин								
2008	331	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (икра из кабачков)	54	0,8	3,8	3,3	50	1,2
2012	204	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	100	3,8	2,8	24,2	137	0
2008		ХЛЕБ БЕЛЫЙ (батон простой)	19	1,6	0,2	9,5	46	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	150	0,1		5,8	24	0
Итого			323	6,3	6,8	42,8	257	1,2
Всего				38,4	44,6	207,3	1388	13,3

Повар _____

МЕНЮ 24 февраля 2026 г.

Сад 12 часов



Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ (овсяные хлопья "геркулес", соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок)	155	6,9	7,8	26,4	205	0,6
2008		БАТОН ПРОСТОЙ С МАСЛОМ (батон простой, масло сладко-сливочное несоленое)	39/10	3,2	6,8	19,4	152	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок)	180	0,1		6,8	28	0
Итого			384	10,2	14,6	52,6	385	0,6
II Завтрак								
2008		ГРУША (груша)	101	0,4	0,3	10,4	48	5,1
Итого			101	0,4	0,3	10,4	48	5,1
Обед								
2008	76	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (морковь, лук репчатый, вода питьевая, кури потрош. 1 категории, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, картофель)	180	6,7	7,1	13,5	146	6,9
2008	335	ГУЛЯШ КУРИНЫЙ (масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, кури потрош. 1 категории, соль йодированная, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт)	55	10	11,2	4,9	161	1,6
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ (крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	110	2,7	2,8	28,8	152	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА КУРАГИ (сахар песок, слива сушеная (чернослив), сушеные абрикосы без косточкой (курага))	180	0,4		12,5	53	0,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	53	3,6	0,5	22,8	110	0
Итого			578	23,4	21,6	82,5	622	8,7
Полдник								
2012	496	ПИРОГ С ПОВИДЛОМ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, дрожжи, повидло)	55	4,6	4,6	43,2	233	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	180	0,1		6,8	28	0
Итого			235	4,7	4,6	50	261	0,1
Ужин								
2008	214	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (икра из кабачков)	1049	1	4,6	3,9	61	1,5
2012	317	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	120	4,3	3,7	27,4	160	0
2008		БЕЛЫЙ ХЛЕБ (батон простой)	19	1,6	0,2	9,5	46	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	180	0,1		6,9	28	0
Итого			1368	7	8,5	47,7	295	1,5
Всего				45,7	49,6	243,2	1611	16

Повар _____