

**МЕНЮ**  
20 мая 2026 г.

**Сад 12 часов**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		3,8		35
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5,5	6,9	23,2	179
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,5	2,8	4,1	53
2008	117	БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	33	2,5	1	17	87
<b>Итого</b>			<b>398</b>	<b>10,5</b>	<b>14,5</b>	<b>44,3</b>	<b>354</b>
<b>II Завтрак</b>							
2011	368	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	123	0,5	0,5	12,1	58
<b>Итого</b>			<b>123</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>12,1</b>	<b>58</b>
<b>Обед</b>							
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/0/7	2,9	5,8	16	130
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	70	11,1	13	8,3	195
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,5	2,2	3,2	35
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,8	3,9	30,4	175
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖИХ	180	0,2	0,1	24,1	99
2008	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,3	14,5	78
2008	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	2,3	0,3	14,4	70
<b>Итого</b>			<b>701</b>	<b>24,1</b>	<b>25,6</b>	<b>110,9</b>	<b>782</b>
<b>Полдник</b>							
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	25,9	17,3	20,3	348
2011	2/11	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	1,3	2,8	8	63
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			11,6	47
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>27,2</b>	<b>20,1</b>	<b>39,9</b>	<b>458</b>
<b>Всего</b>				<b>62,3</b>	<b>60,7</b>	<b>207,2</b>	<b>1652</b>