

Матвийчук Т.А.

МЕНЮ
17 августа 2026 г.
Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр российский, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	3,74	3,46	10,07	87,02	0,07
2024	TK № 38	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ С КУРАГОЙ (вода питьевая, овсяные хлопья "геркулес", масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, соль йодированная, курага)	150	7,82	7,50	36,78	246,90	1,02
		КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ АЛЛЕРГИКИ (аллергии) (овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	150	1,82	4,91	13,87	106,85	0,00
2024	TK № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,00
		ЧАЙ С САХАРОМ АЛЛЕРГИКИ (аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,16	0,00	5,17	21,27	0,03
2024	TK № 10	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ (апельсин)	99	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
Итого			479	15,63	13,64	67,97	432,17	61,09
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ (молоко пастер. 2,5% жирности)	197	2,76	4,95	12,94	89,85	0,00
		ЧАЙ С САХАРОМ АЛЛЕРГИКИ (аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,16	0,00	5,17	21,27	0,03
Итого			197	2,76	4,95	12,94	89,85	0,00
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (огурцы грунтовые, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	55	0,39	1,05	1,21	15,78	0,00
2024	TK № 39	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, соль йодированная, петрушка (зелень))	180/20	2,83	6,19	29,65	163,05	0,00
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ (говяжья печень, лук репчатый, морковь, картофель, соль йодированная, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое)	80	9,03	9,69	7,99	190,03	0,00
2012	331	КАБАЧКИ, ПРИПУЩЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ (кабачки, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	140	1,26	2,33	7,03	54,90	7,89
2012	331	КАБАЧКИ, ПРИПУЩЕННЫЕ (аллергии) (кабачки, соль йодированная)	140	0,76	0,38	5,80	30,28	7,80
2024	TK № 40	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (виноград сушеный (изюм), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	200	0,31	0,07	15,71	65,25	0,00
2024	TK № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	32	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	TK № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			737	18,06	20,46	89,73	628,80	7,89
Полдник								
2024	TK № 41	КОТЛЕТА РЫБНАЯ (рыба треска филе, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	70	8,69	3,98	18,69	117,00	0,00
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	135	2,73	2,14	4,19	118,73	0,00
2024	TK № 59	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА (СОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ) (сок фруктовый 1л.)	187	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2024	TK № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	27	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	TK № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2024	TK № 42	ПРЯНИКИ (пряники заварные)	30	1,77	10,41	12,10	109,80	0,00
Итого			474	16,73	17,48	58,43	462,02	0,00
Всего				53,18	56,53	229,07	1 612,84	68,98