

**МЕНЮ**  
**17 ноября 2025 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                       |                     |                                                               |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 3                   | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                             | 30     | 1,71              | 0,85    | 10,28            | 55,68                                    | 0,01                  |
| 2024                          | ТК № 38             | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ОВСЯНАЯ С КУРАГОЙ                     | 150    | 4,70              | 4,56    | 36,03            | 204,19                                   | 0,14                  |
| 2024                          | ТК № 38             | КАША ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С<br>КУРАГОЙ (аллергики)                  | 150    | 4,72              | 4,57    | 35,92            | 203,86                                   | 0,14                  |
| 2024                          | ТК № 9              | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                                    | 201    | 0,36              | 0,00    | 8,37             | 34,90                                    | 0,00                  |
| 2014                          | 266                 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)                                     | 180    | 0,26              | 0,00    | 6,35             | 26,43                                    | 0,05                  |
| 2024                          | ТК № 10             | АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ                                               | 100    | 0,90              | 0,20    | 8,10             | 43,00                                    | 60,00                 |
| Итого                         |                     |                                                               | 481    | 7,67              | 5,61    | 62,78            | 337,77                                   | 60,15                 |
| II Завтрак                    |                     |                                                               |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 400                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 %<br>ЖИРНОСТИ                            | 200    | 0,00              | 0,00    | 0,00             | 0,00                                     | 0,00                  |
|                               | ТК№002              | ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)                                      | 150    | 0,60              | 0,45    | 15,45            | 70,50                                    | 7,50                  |
| Итого                         |                     |                                                               | 200    | 0,00              | 0,00    | 0,00             | 0,00                                     | 0,00                  |
| Обед                          |                     |                                                               |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2011                          | 20                  | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ                                       | 51     | 0,40              | 1,05    | 1,24             | 15,92                                    | 4,95                  |
| 2024                          | ТК № 39             | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ<br>И<br>ГРЕНКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 180/20 | 5,76              | 2,94    | 26,28            | 154,89                                   | 2,67                  |
| 2012                          | 34                  | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ                                   | 81     | 16,77             | 6,18    | 2,80             | 153,60                                   | 13,26                 |
| 2012                          | 331                 | КАБАЧКИ, ПРИПУЩЕННЫЕ С<br>МОЛОЧНЫМ СОУСОМ                     | 129    | 0,93              | 2,06    | 7,21             | 51,59                                    | 7,23                  |
| 2024                          | ТК № 40             | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                                               | 201    | 0,31              | 0,07    | 15,71            | 65,25                                    | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 37             | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                           | 30     | 1,99              | 0,26    | 12,72            | 61,19                                    | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 21             | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                             | 30     | 2,25              | 0,87    | 15,42            | 78,60                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                               | 722    | 28,41             | 13,43   | 81,38            | 581,04                                   | 28,11                 |
| Полдник                       |                     |                                                               |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | ТК № 41             | КОТЛЕТА РЫБНАЯ                                                | 69     | 8,76              | 5,97    | 8,97             | 124,48                                   | 0,18                  |
| 2012                          | 318                 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ                                            | 141    | 2,74              | 4,50    | 22,18            | 140,43                                   | 11,20                 |
| 2008                          | ТК №<br>441         | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                                   | 180    | 0,59              | 0,24    | 17,14            | 84,42                                    | 79,20                 |
| 2024                          | ТК № 28             | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                           | 25     | 1,66              | 0,22    | 10,60            | 50,99                                    | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 5              | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                             | 25     | 1,88              | 0,73    | 12,85            | 65,50                                    | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 42             | ПРЯНИКИ                                                       | 30     | 1,77              | 10,41   | 12,10            | 109,80                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                               | 470    | 17,40             | 22,07   | 83,84            | 575,62                                   | 90,58                 |
| Всего                         |                     |                                                               |        | 53,48             | 41,11   | 228,00           | 1 494,43                                 | 178,84                |