



МЕНЮ

31 июля 2026 г.

Сад 10 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав		Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг	
				Белки, г	Жиры, г			
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	5,12	6,10	26,07	179,27	0,45
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,04	0,00	7,05	28,36	0,01
2008		БАТОН	48	3,81	0,48	23,38	113,35	0,00
Итого			408	8,97	6,58	56,50	320,98	0,46
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,90	2,97	5,53	53,01	8,76
2008	76	СВЕКОЛЬНИК	180	1,62	3,99	11,12	87,09	4,69
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,71	4,29	18,47	123,62	8,97
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	75	9,22	6,81	0,68	125,18	0,10
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	61	0,00	1,65	3,97	4,76	0,00
Итого			686	14,45	19,71	48,48	428,49	22,52
Полдник								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,46	4,54	34,92	202,59	0,00
2008		ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	45	0,85	3,97	3,44	53,13	3,13
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,64	2,12	11,98	78,17	0,46
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	40	3,05	0,40	1,94	93,12	0,00
2008		ПРЯНИКИ	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
Итого			445	13,77	12,44	74,78	536,81	3,59
Всего				37,69	38,83	189,66	1 329,28	28,57

И.А. Шайхатов



МЕНЮ
31 июля 2026 г.
Аллергик Ясли

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	2,25	5,07	18,80	128,96	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	4,56	18,62	0,02
2008		БАТОН	36	2,84	0,36	17,43	84,49	0,00
Итого			336	5,19	5,43	40,79	232,07	0,02
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,61	1,98	3,72	35,42	5,86
2008	76	СВЕКОЛЬНИК	150	1,18	3,07	9,03	68,54	3,88
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	1,82	3,77	14,85	100,66	7,51
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	55	6,91	5,31	0,52	96,26	0,08
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
	ТК №0003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0,00	1,09	2,63	3,16	0,00
Итого			545	10,52	15,22	37,53	331,13	17,33
Полдник								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,37	4,39	28,04	169,30	0,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	22	0,43	2,00	1,73	26,78	1,58
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	6,98	28,25	0,00
	ТК №0003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	40	3,05	0,40	1,94	93,12	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	20	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
Итого			352	10,65	10,39	53,59	411,85	1,58
Всего				26,86	31,14	142,01	1 018,05	20,93

Калькулятор И.А. Шайхатарова



МЕНЮ
31 июля 2026 г.
Аллергик Сад

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	2,70	6,07	22,36	153,97	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	5,53	22,49	0,02
2008		БАТОН	48	3,81	0,48	23,38	113,35	0,00
Итого			408	6,61	6,55	51,27	289,81	0,02
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,90	2,97	5,52	52,92	8,74
2008	76	СВЕКОЛЬНИК	180	1,43	3,59	10,70	80,76	4,68
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,15	4,80	17,55	122,16	8,88
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	75	9,23	6,91	0,69	126,59	0,10
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00
	ТК №0003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0,00	1,09	2,63	3,16	0,00
Итого			665	13,71	19,36	45,80	420,42	22,40
Полдник								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,44	5,49	34,88	210,81	0,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	45	0,85	3,97	3,44	53,13	3,13
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	5,53	22,49	0,02
	ТК №0003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	40	3,05	0,40	1,94	93,12	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	20	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
Итого			435	12,24	13,46	60,69	473,95	3,15
Всего				33,06	39,47	167,66	1 227,18	27,57

Калькулятор И.А. Шайхатарова