



МЕНЮ

3 августа 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	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	5,63	7,24	23,17	180,97	0,46
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,04	0,00	7,05	28,36	0,01
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	42/15	3,46	0,42	30,76	140,94	0,08
Итого			417	9,13	7,66	60,98	350,27	0,55
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	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,83	3,55	4,87	54,61	2,28
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	1,41	3,38	6,35	62,12	8,65
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,73	3,99	30,26	176,12	0,00
2011	35/8	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	26,89	13,74	7,81	263,04	0,70
2001	228	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,40	1,22	2,45	22,69	0,91
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	59	0,00	1,59	3,82	4,58	0,00
Итого			719	34,26	27,47	64,27	617,99	12,54
Полдник								
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	180	3,90	12,63	29,53	248,03	13,61
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,70	2,17	12,08	79,30	0,47
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	41	3,12	0,41	1,99	95,28	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	20	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
Итого			421	12,52	18,81	58,50	517,01	14,08
Всего				56,41	54,04	193,65	1 528,27	29,17

Калькулятор _____ И.А. Шайхатарова



МЕНЮ

3 августа 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	3,10	3,74	18,98	121,94	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,00	7,13	28,66	0,01
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	42/15	3,46	0,42	30,76	140,94	0,08
Итого			417	6,61	4,16	56,87	291,54	0,09
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	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,83	3,46	4,87	53,75	2,28
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	1,24	2,58	6,10	52,99	8,65
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,72	4,68	30,26	182,14	0,00
2011	35/8	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	25,68	11,83	5,82	232,79	0,48
2001	228	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,40	1,22	2,45	22,69	0,91
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	0,00	1,06	2,55	3,06	0,00
Итого			699	32,87	24,83	60,76	582,25	12,32
Полдник								
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	180	3,12	9,55	24,45	196,57	11,34
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,05	0,00	5,92	23,82	0,01
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	41	3,12	0,41	1,99	95,28	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	20	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
Итого			441	9,09	13,56	47,26	410,07	11,35
Всего				49,07	42,65	174,79	1 326,86	25,76

Калькулятор _____ И.А. Шайхатарова



МЕНЮ

3 августа 2026 г.

Ясли 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	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4,72	6,16	19,46	152,59	0,39
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,04	0,00	5,89	23,71	0,01
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	32/15	2,60	0,32	25,53	115,61	0,08
Итого			347	7,36	6,48	50,88	291,91	0,48
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
Всего				7,86	6,58	60,78	334,91	2,48

Калькулятор _____ И.А. Шайхатарова