



**МЕНЮ**  
23 апреля 2026 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	170	5,14	6,71	34,28	218,56	0,39
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,26	0,10	74,70	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,99	0,77	13,66	69,64	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	205	4,30	4,53	19,30	136,43	0,71
<b>Итого</b>			<b>412</b>	<b>11,53</b>	<b>20,27</b>	<b>67,34</b>	<b>499,33</b>	<b>1,10</b>
<b>2 Завтрак</b>								
к/к	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
<b>Итого</b>			<b>80</b>	<b>0,32</b>	<b>0,32</b>	<b>7,84</b>	<b>37,60</b>	<b>8,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	20	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	41	0,32	0,04	0,69	5,27	2,03
2008	47	УХА РЫБАЦКАЯ	170	3,38	2,23	11,51	79,77	4,70
2008	265	ПЛОВ С МЯСОМ	170	12,75	26,65	38,57	445,68	1,33
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,36	0,15	22,57	99,97	44,00
2008		ХЛЕБ БЕЛЫЙ	23	1,77	0,14	11,62	54,84	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	2,25	0,30	14,39	69,24	0,00
<b>Итого</b>			<b>638</b>	<b>20,83</b>	<b>29,51</b>	<b>99,35</b>	<b>754,77</b>	<b>52,06</b>
<b>2 Полдник</b>								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	150	2,34	15,27	12,07	195,85	15,87
2008		ХЛЕБ БЕЛЫЙ	12	0,88	0,07	5,81	27,42	0,00
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04
<b>Итого</b>			<b>382</b>	<b>4,91</b>	<b>17,30</b>	<b>47,69</b>	<b>367,13</b>	<b>15,91</b>
<b>Всего</b>			<b>37,59</b>	<b>67,40</b>	<b>222,22</b>	<b>1 658,83</b>	<b>77,07</b>	

Калькулятор

Ширшикова А.Г

Повар

\_\_\_\_\_

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 647030360437668574821219143876024766403350371021

Владелец Куприянова Марина Григорьевна

Действителен с 20.01.2026 по 20.01.2027