



**МЕНЮ**  
26 мая 2025 г.  
Если 12 часов

| Сбор-<br>ник,<br>реце-<br>птур | №<br>тех.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                                                     | Выход   | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тиче-<br>ская<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|--------------------------------|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------|------------|------------------|----------------------------------------------------|-----------------------|
|                                |                    |                                                                                                                                                                                                                                                                        |         | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                                    |                       |
| Завтрак                        |                    |                                                                                                                                                                                                                                                                        |         |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                           | 214                | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ<br>(яйцо куриное (с/п), молоко пастер. 2,5% жирности, масло<br>подсолнечное рафинированное, масло сливочно-сливочное нежирное,<br>соль йодированная)                                                                                                 | 100     | 10,04             | 13,70      | 1,79             | 170,78                                             | 0,14                  |
| 2012                           |                    | САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ<br>(КОНСЕРВИРОВАННОЙ)<br>(кукуруза консерв., масло подсолнечное рафинированное)                                                                                                                                                                      | 60      | 1,76              | 1,65       | 3,69             | 36,43                                              | 2,34                  |
| 2012                           | 400                | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ<br>(молоко пастер. 2,5% жирности)                                                                                                                                                                                                                     | 180     | 5,06              | 4,37       | 8,38             | 94,28                                              | 0,94                  |
| 2012                           | 1                  | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ<br>(масло сливочно-сливочное нежирное, хлеб пшеницы (фторирован) мука<br>высш.сорт)                                                                                                                                                                 | 25      | 1,56              | 4,25       | 10,08            | 84,76                                              | 0,00                  |
| Итого                          |                    |                                                                                                                                                                                                                                                                        | 365     | 18,42             | 23,97      | 23,94            | 386,25                                             | 3,42                  |
| II Завтрак                     |                    |                                                                                                                                                                                                                                                                        |         |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                           | 396                | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА<br>(шиповник, сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                                                                                                  | 100     | 0,16              | 0,07       | 7,01             | 29,92                                              | 26,00                 |
| Итого                          |                    |                                                                                                                                                                                                                                                                        | 100     | 0,16              | 0,07       | 7,01             | 29,92                                              | 26,00                 |
| Обед                           |                    |                                                                                                                                                                                                                                                                        |         |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                           | 40                 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК<br>(яблоки, масло подсолнечное рафинированное, морковь, соль<br>йодированная)                                                                                                                                                                 | 30      | 0,27              | 1,65       | 2,44             | 26,25                                              | 1,64                  |
| 2008                           | 95                 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ<br>(картофель, морковь, лук репчатый, порridge<br>яловичий консерв., масло сливочно-сливочное нежирное, вода<br>питьевая, сметана 10% жирности, сметана 10% жирности, соль<br>йодированная)                                    | 150     | 4,12              | 5,69       | 6,65             | 96,67                                              | 5,12                  |
| 2008                           | 181                | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ<br>(гречка (пшено) пшено, вода питьевая, масло сливочно-сливочное<br>нежирное, соль йодированная)                                                                                                                                           | 110     | 3,28              | 2,89       | 20,78            | 122,20                                             | 0,00                  |
| 2012                           | 278                | БЕФСТОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА<br>(сметана 10% жирности, мясо говяжье выш.сорт, вода питьевая,<br>сметана 10% жирности, соль йодированная)                                                                                                                              | 50      | 6,78              | 6,28       | 1,95             | 93,75                                              | 0,01                  |
| 2008                           | 442                | СОК В АССОРТИМЕНТЕ<br>(сок яблочный)                                                                                                                                                                                                                                   | 150     | 0,75              | 0,15       | 14,85            | 64,50                                              | 3,00                  |
|                                |                    | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(хлеб ржаной-пшеничный обж. микротрунтрами)                                                                                                                                                                                                             | 20      | 1,30              | 0,16       | 8,50             | 41,30                                              | 0,00                  |
| Итого                          |                    |                                                                                                                                                                                                                                                                        | 510     | 16,50             | 16,82      | 55,17            | 444,67                                             | 9,77                  |
| Уплотненный полдник            |                    |                                                                                                                                                                                                                                                                        |         |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                           | 205                | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С<br>МАСЛОМ<br>(макаронные изделия выш.сорт, соль йодированная, вода питьевая,<br>масло сливочно-сливочное нежирное)                                                                                                                       | 150     | 5,23              | 2,94       | 33,49            | 181,48                                             | 0,00                  |
| 2012                           | 268                | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ<br>(молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное нежирное,<br>масло сливочно-сливочное выш.сорт, вода питьевая, рыба минтай<br>маринованный, яйца куриные (с/п), масло подсолнечное<br>рафинированное, соль йодированная)                      | 50      | 8,95              | 5,39       | 5,26             | 105,61                                             | 0,25                  |
| 2012                           | 393                | ЧАЙ С ЛИМОНОМ<br>(сахар песок, лимон, вода питьевая, чай черный байховый)                                                                                                                                                                                              | 180/6/5 | 0,17              | 0,01       | 8,03             | 33,69                                              | 0,83                  |
| 2012                           | 460                | КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ<br>(яйца куриные выш.сорт, сахар песок, масло сливочно-сливочное<br>нежирное, яйца куриные (с/п), дрожжи instant, яйца куриные<br>маринованные, масло сливочное (с/п), сахар 8,5% жирности, масло<br>подсолнечное рафинированное, соль йодированная) | 50      | 4,03              | 7,25       | 28,69            | 196,08                                             | 0,06                  |
| 2008                           |                    | ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ ( ЯБЛОКО )<br>(яблоко)                                                                                                                                                                                                                            | 95      | 0,36              | 0,38       | 9,31             | 44,85                                              | 9,50                  |
| 2008                           | 73                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеницы (фторирован) мука выш.сорт)                                                                                                                                                                                                            | 40      | 3,05              | 0,25       | 20,07            | 94,73                                              | 0,00                  |
| 2008                           |                    | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(хлеб ржаной-пшеничный обж. микротрунтрами)                                                                                                                                                                                                             | 20      | 1,32              | 0,18       | 8,48             | 40,76                                              | 0,00                  |
| Итого                          |                    |                                                                                                                                                                                                                                                                        | 598     | 23,13             | 16,40      | 113,33           | 697,03                                             | 10,84                 |
| Всего                          |                    |                                                                                                                                                                                                                                                                        |         | 58,21             | 57,26      | 199,46           | 1 557,87                                           | 49,83                 |

**МЕНЮ**  
 26 мая 2025 г.  
 Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                                               | Выход    | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тическая цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-------------------|------------|------------------|--------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                  |          | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                            |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                  |          |                   |            |                  |                                            |                       |
| 2008                          | 214                 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ<br>(яйца куриные (шт.), масло пастер. 2,5% жирности, соль, йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное несоленое)                                                                                                         | 110      | 11,38             | 15,57      | 2,00             | 193,72                                     | 0,16                  |
| 2012                          |                     | САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ<br>(КОНСЕРВИРОВАННОЙ)<br>(картофель, морковь, масло подсолнечное рафинированное)                                                                                                                                                               | 60       | 1,76              | 1,64       | 3,69             | 36,40                                      | 2,34                  |
| 2012                          | 400                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ<br>(молоко пастер. 2,5% жирности)                                                                                                                                                                                                               | 200      | 5,63              | 4,85       | 9,31             | 104,76                                     | 1,04                  |
| 2012                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ<br>(масло сливочное-сливочное несоленое, хлеб пшенич. формовой мука высшего сорта)                                                                                                                                                            | 30       | 1,94              | 4,29       | 12,59            | 96,61                                      | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                  | 400      | 20,71             | 26,35      | 27,59            | 431,49                                     | 3,54                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                  |          |                   |            |                  |                                            |                       |
| 2012                          | 398                 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА<br>(шиповник, сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                                                                                            | 100      | 0,16              | 0,07       | 7,01             | 29,92                                      | 26,00                 |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                  | 100      | 0,16              | 0,07       | 7,01             | 29,92                                      | 26,00                 |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                  |          |                   |            |                  |                                            |                       |
| 2012                          | 40                  | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК<br>(морковь, яблоки, масло подсолнечное рафинированное, соль, йодированная)                                                                                                                                                             | 50       | 0,43              | 2,62       | 3,94             | 41,86                                      | 3,47                  |
| 2008                          | 95                  | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ<br>(картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый, масло сливочное-сливочное несоленое, вода питьевая, говядина 1 категории, сметана 15% жирности, соль, йодированная)                                               | 180      | 5,07              | 6,88       | 7,98             | 116,69                                     | 6,14                  |
| 2008                          | 181                 | КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ<br>(гречка перловая, масло сливочное, соль, йодированная, масло сливочное-сливочное несоленое)                                                                                                                                         | 130      | 4,15              | 3,40       | 26,37            | 152,60                                     | 0,00                  |
| 2012                          | 278                 | БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА<br>(сметана 15% жирности, мясо пшеничное высшего сорта, вода питьевая, соль, йодированная, говядина 1 категории)                                                                                                                  | 70       | 9,50              | 8,80       | 2,67             | 131,04                                     | 0,01                  |
| 2008                          | 442                 | СОК В АССОРТИМЕНТЕ<br>(сок яблочный)                                                                                                                                                                                                                             | 180      | 0,90              | 0,18       | 17,82            | 77,40                                      | 3,60                  |
| TK<br>№003                    |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обж. микронтравками)                                                                                                                                                                                                        | 25       | 1,61              | 0,21       | 10,28            | 49,46                                      | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                  | 635      | 21,66             | 22,09      | 69,06            | 569,05                                     | 13,22                 |
| Уплотненный полдник           |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                  |          |                   |            |                  |                                            |                       |
| 2012                          | 205                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С<br>МАСЛОМ<br>(макаронные изделия высшего сорта, соль, йодированная, вода питьевая, масло сливочное-сливочное несоленое)                                                                                                            | 160      | 5,46              | 3,21       | 34,89            | 190,41                                     | 0,00                  |
| 2012                          | 268                 | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ<br>(рыболо-пастер. 2,5% жирности, масло сливочное-сливочное несоленое, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, соль, йодированная, рыба минтай маринованный, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)                           | 70       | 12,58             | 11,05      | 7,33             | 179,43                                     | 0,35                  |
| 2012                          | 393                 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ<br>(чай черный, лимон, вода питьевая, чай черный байховый)                                                                                                                                                                                         | 200/10/6 | 0,19              | 0,01       | 10,13            | 42,37                                      | 0,99                  |
| 2012                          | 460                 | КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ<br>(мука пшеничная высшего сорта, сахар песок, масло сливочное-сливочное несоленое, вода питьевая (шт.), соль, йодированная, дрожжи, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное с сахаром 8,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное) | 60       | 4,83              | 8,62       | 34,69            | 235,51                                     | 0,08                  |
| 2008                          |                     | ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ ( ЯБЛОКО )<br>(яблоки)                                                                                                                                                                                                                      | 100      | 0,40              | 0,40       | 9,80             | 46,99                                      | 10,00                 |
| 2008                          | 73                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшенич. формовой мука высшего сорта)                                                                                                                                                                                                     | 55       | 4,20              | 0,34       | 27,60            | 130,25                                     | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обж. микронтравками)                                                                                                                                                                                                        | 25       | 1,66              | 0,22       | 10,60            | 50,99                                      | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                  | 666      | 29,32             | 23,85      | 135,04           | 875,95                                     | 11,42                 |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                  |          | 71,85             | 72,36      | 238,70           | 1906,41                                    | 54,18                 |