

**МЕНЮ**  
**15 июля 2026 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                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                                         | 30       | 1,59              | 8,85    | 10,10            | 126,60                                   | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 17             | ОМЛЕТ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ                                                    | 200      | 17,16             | 20,23   | 6,12             | 276,14                                   | 52,40                 |
| 2008                          | 181                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)                                      | 130      | 6,54              | 1,71    | 29,60            | 159,70                                   | 0,00                  |
| 2012                          | 393                 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                                              | 195/7    | 0,19              | 0,01    | 8,02             | 33,97                                    | 1,08                  |
| 2012                          | 393                 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)                                                   | 195/7    | 0,12              | 0,00    | 7,98             | 32,40                                    | 0,02                  |
| Итого                         |                     |                                                                            | 764      | 25,60             | 30,80   | 61,82            | 628,81                                   | 53,50                 |
| II Завтрак                    |                     |                                                                            |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | ТК № 2              | ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ                         | 203      | 5,68              | 5,07    | 9,15             | 114,66                                   | 1,42                  |
| 2024                          | ТК № 32             | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии)                                                   | 100      | 0,40              | 0,40    | 9,83             | 47,15                                    | 10,03                 |
| Итого                         |                     |                                                                            | 303      | 6,08              | 5,47    | 18,98            | 161,81                                   | 11,45                 |
| Обед                          |                     |                                                                            |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | ТК № 18             | САЛАТ "ЛЕТНИЙ" (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ, ПОМИДОРЫ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, УКРОП, ПЕТРУШКА)   | 55       | 0,56              | 2,59    | 1,93             | 33,84                                    | 46,82                 |
| 2011                          | 20                  | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (аллергии)                                         | 55       | 0,43              | 2,05    | 1,34             | 25,46                                    | 5,34                  |
| 2012                          | 67                  | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ   | 180/15/5 | 6,22              | 9,81    | 5,63             | 137,97                                   | 12,18                 |
| 2012                          | 67                  | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии) | 180/15/5 | 6,02              | 9,95    | 5,10             | 134,02                                   | 12,31                 |
| 2012                          | 288                 | ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ                                                 | 70/25    | 11,76             | 10,53   | 9,24             | 181,54                                   | 0,47                  |
| 2012                          | 288                 | ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ (аллергии)                                              | 70/25    | 10,16             | 8,70    | 0,27             | 119,75                                   | 0,14                  |
| 2008                          | 181                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                                                 | 130      | 6,62              | 3,36    | 29,94            | 176,16                                   | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 19             | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                                                | 180      | 0,00              | 0,00    | 6,73             | 26,90                                    | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 20             | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                                           | 20       | 1,32              | 0,18    | 8,48             | 40,79                                    | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 21             | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                                          | 30       | 2,31              | 0,90    | 15,03            | 77,70                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                            | 1060     | 45,40             | 48,07   | 83,69            | 954,13                                   | 77,26                 |
| Усиленный Полдник             |                     |                                                                            |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 277                 | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА                                                    | 70       | 10,54             | 9,89    | 2,50             | 141,15                                   | 0,47                  |
| 2012                          | 277                 | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергии)                                         | 75       | 10,57             | 8,74    | 2,70             | 131,65                                   | 0,51                  |
| 2008                          | 337                 | ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ (КАБАЧКИ) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                             | 135      | 1,03              | 1,67    | 7,84             | 51,41                                    | 10,53                 |
| 2008                          | 337                 | ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ (КАБАЧКИ) (аллергии)                                     | 135      | 1,02              | 0,51    | 7,83             | 40,86                                    | 10,53                 |
| 2024                          | 13                  | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                                                | 180      | 0,28              | 0,13    | 14,41            | 60,97                                    | 46,71                 |
| 2024                          | ТК № 20             | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                                           | 20       | 1,32              | 0,18    | 8,48             | 40,79                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 477                 | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ                                                           | 60       | 5,85              | 1,86    | 34,57            | 178,32                                   | 0,12                  |
| Итого                         |                     |                                                                            | 675      | 30,61             | 22,98   | 78,33            | 645,15                                   | 68,87                 |
| Всего                         |                     |                                                                            |          | 107,69            | 107,32  | 242,82           | 2 389,90                                 | 211,08                |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 342613088659557027477417031171105956650881455002

Владелец Куликовская Елена Анатольевна

Действителен с 22.07.2025 по 22.07.2026