



Утверждаю

АО "Артис- Детское питание"
_____/Ляско М.З/**МЕНЮ**
20 августа 2026 г.**Сад 12 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,9	3,6	10,3	90	0,1
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,3	7,3	24,5	190	0,5
2012	040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,7	2,2	10,3	72	0,5
2008	368	ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			510	13,3	13,5	54,9	399	11,1
II Завтрак								
2024	005	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	120	3,3	2,9	5,2	66	0,3
Итого			120	3,3	2,9	5,2	66	0,3
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4		1,2	7	5
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200	4,1	6,9	7,9	112	5,5
2008	228	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	10,3	6,7	11,8	148	0,1
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,1	18,6	122	9
2008	035	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,2	21	0
2008	056	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79	0
2008	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10	51	0
Итого			700	21,6	18,7	71,2	540	19,6
Полдник								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	2,4	4	43	12,4
2008	206	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ(ПТИЦА)	200	18,9	18,9	22,5	337	12
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	9,2	40	1,4
2008	056	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,3	0,2	8,2	40	0
2008	453	ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ	75	5,2	4,2	50,6	257	4,8
Итого			525	26,3	25,8	94,5	717	30,6
Всего				64,5	60,9	225,8	1722	61,6