

МЕНЮ 3 февраля 2026 г.

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								
2011	2/4	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	150	2,78	3,08	19,54	116,81	0,00
2011	14/10	КАКАО С МОЛОКОМ	150	0,88	0,54	3,46	22,87	0,00
2011	3/13	ХЛЕБ С СЫРОМ	35	6,56	4,83	34,82	210,01	0,17
Итого			335	10,22	8,45	57,82	349,69	0,17
II Завтрак								
2011	23	ЯБЛОКО	178	0,69	0,69	16,97	81,38	7,14
Итого			178	0,69	0,69	16,97	81,38	7,14
Обед								
2011	21/1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	50	0,64	4,90	3,64	61,24	1,53
2001	37	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕТЦКАМИ	160	1,33	2,59	6,05	52,89	2,95
2011	45/3	РИС ОТВАРНОЙ РАССЫПЧАТЫЙ	110	2,65	2,76	27,90	146,99	0,00
2001	133	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ	70	7,91	3,33	11,18	106,37	0,78
2011	1/11	СОУС МОЛОЧНЫЙ (для подачи к блюду)	40	0,01	1,60	0,41	16,07	0,00
	233	КИСЕЛЬ	150	0,00	0,00	22,24	88,96	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,21	0,43	20,56	98,92	0,00
Итого			630	15,75	15,61	91,98	571,44	5,26
Полдник								
2011	18/3	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	160	2,37	4,44	14,12	107,10	11,50
2011	6/12	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	60	0,98	8,51	4,23	97,70	0,02
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	0,15	0,00	7,24	29,52	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	3,03	0,30	34,82	154,14	0,00
Итого			406	6,53	13,25	60,41	388,46	11,52
Всего				33,19	38,00	227,18	1 390,97	24,09

С.Е.