

Утверждаю

# МЕНЮ

12 февраля 2026 г.

Сад



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2011	11/4	КАША ПШЕННАЯ	150	3,37	3,20	22,45	131,94	0,00
2011	14/10	КАКАО С МОЛОКОМ	150	0,88	0,54	3,47	22,93	0,00
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	40	3,32	0,33	49,24	213,16	0,04
Итого			340	7,57	4,07	75,16	368,03	0,04
<b>II Завтрак</b>								
	12	СОК	100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
<b>Обед</b>								
2011	10/1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТ.МАСЛОМ	50	0,71	4,06	6,79	67,21	1,12
2011	5/2	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	160	1,44	4,05	9,95	82,23	4,36
2011	8/9	СУФЛЕ ИЗ КУРЫ	85	19,75	23,03	0,14	287,10	0,79
2011	8/3	СЛОЖНЫЙ ГАРНИР (КАПУСТА ТУШ. КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ)	130	2,67	3,04	13,26	92,23	21,16
2011	36	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	13,07	52,25	11,20
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,21	0,43	20,56	98,92	0,00
Итого			655	27,78	34,61	63,77	679,94	38,63
<b>Полдник</b>								
2011	19/5	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	130	20,88	19,95	12,22	315,84	0,21
	20	СОУС ПОВИДЛО	37	0,15	0,00	23,87	96,05	0,08
2011	10/10	ЧАЙ	180	0,35	0,00	6,82	28,69	0,07
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	3,25	0,33	37,31	165,14	0,00
Итого			386	24,63	20,28	80,22	605,72	0,36
Всего			60,48	59,06	229,05	1 696,69	41,03	

*Жу*