

МЕНЮ

26 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	11/4	КАША ПШЕННАЯ	150	3,37	3,20	22,45	131,94	0,00
2011	12/10	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,35	0,00	6,84	28,76	0,07
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	45	3,42	0,33	53,52	230,76	0,05
Итого			375	7,14	3,53	82,81	391,46	0,12
II Завтрак								
	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
Обед								
2011	10/1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТ.МАСЛОМ	50	0,71	4,06	6,79	67,22	1,12
2011	5/2	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	160	1,44	4,04	9,96	82,18	4,36
2011	8/9	СУФЛЕ ИЗ КУРЫ	70	14,77	18,75	0,14	228,57	0,58
2011	8/3	СЛОЖНЫЙ ГАРНИР (КАПУСТА ТУШ., КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ)	130	2,67	3,04	13,25	92,13	21,15
2011	36	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	13,07	52,25	13,60
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,21	0,43	20,56	98,92	0,00
Итого			640	22,80	30,32	63,77	621,27	40,81
Полдник								
2011	13/5	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	170	24,08	22,72	19,70	384,83	1,00
2011	2/11	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ	40	0,01	1,28	3,88	27,07	0,00
2011	10/10	ЧАЙ	180	0,35	0,00	6,84	28,76	0,07
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,32	0,33	38,16	168,93	0,00
Итого			430	27,76	24,33	68,58	609,59	1,07
Всего				58,20	58,28	225,06	1 665,32	44,00

Огу