



МЕНЮ

3 апреля 2026 г.

Сад

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2011	15/4	КАША ПШЕНИЧНАЯ	150	3,37	2,79	21,72	125,26	0,00
2011	12/10	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,35	0,00	6,83	28,73	0,07
2008	1/13	ХЛЕБ С МАСЛОМ	40	3,46	6,94	39,40	233,99	0,00
Итого			370	7,18	9,73	67,95	387,98	0,07
II Завтрак								
	12	СОК	99	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			99	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2011	13/1	САЛАТ ИЗ ПРИПУЩЕННОЙ МОРКОВИ	50	0,51	3,24	4,38	49,23	0,82
2011	18/2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ	95	3,19	2,50	10,14	75,97	1,95
2001	133	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ	70	7,98	3,32	12,14	110,57	0,78
2011	3/3	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,26	3,89	18,26	117,34	9,22
2011	36	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	13,08	52,27	12,00
2011	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,21	0,43	20,56	98,92	0,00
Итого			575	17,15	13,38	78,56	504,30	24,77
Полдник								
2011	9/5	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	21,90	13,09	17,25	278,54	0,22
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	0,16	0,00	7,24	29,54	0,00
2011	2/11	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ	40	0,01	1,28	3,88	27,04	0,00
2011	9	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,32	0,33	38,16	168,93	0,00
Итого			350	25,39	14,70	66,53	504,05	0,22
Всего				50,22	37,91	222,94	1 439,33	27,06

Директор