

**МЕНЮ**  
6 апреля 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>								
			135	2,54	2,77	28,62	149,44	0,00
2011	7/4	КАША РИСОВАЯ	180	0,35	0,00	6,82	28,71	0,07
2011	10/10	ЧАЙ	10	0,56	6,65	6,00	86,14	0,00
2008	1	ХЛЕБ С МАСЛОМ	325	3,45	9,42	41,44	264,29	0,07
<b>Итого</b>								
<b>II Завтрак</b>								
			99	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
2011	12	СОК	99	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
<b>Итого</b>								
<b>Обед</b>								
2011	13/1	САЛАТ ИЗ ПРИПУЩЕННОЙ МОРКОВИ	50	0,51	3,23	4,39	49,19	0,82
2011	27/2	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С СУХАРЯМИ	150	2,01	3,12	11,75	83,27	4,63
2011	43/3	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,08	3,49	24,85	147,19	0,00
2011	18/8	ЗРАЗЫ ИЛИ РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,74	11,20	2,14	144,25	0,46
2011	1/11	СОУС МОЛОЧНЫЙ (для подачи к блюду)	35	0,01	1,60	0,41	16,08	0,00
2011	36	КОМПЛОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	13,07	52,25	11,20
		ХЛЕБ РЖАНОЙ 2	30	1,28	0,17	8,23	39,57	0,00
<b>Итого</b>								
<b>Полдник</b>								
2011	4/6	ОМЛЕТ С КАРТОФЕЛЕМ ЗАПЕЧЕННЫЙ	95	5,93	5,44	8,41	106,34	4,12
2011	6/12	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	60	0,97	8,52	4,22	97,75	0,02
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	130	0,15	0,00	7,24	29,50	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	6	0,50	0,05	5,76	25,51	0,00
<b>Итого</b>								
<b>Всего</b>				<b>28,13</b>	<b>46,34</b>	<b>141,81</b>	<b>1 098,19</b>	<b>23,32</b>

*Директор*