

# МЕНЮ

8 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>    |               |   |              |                   |               |                 |                               |               |
| 2011              | 15/4          | КАША ПШЕНИЧНАЯ                            | 150          | 3,37              | 2,79          | 21,72           | 125,24                        | 0,00          |
| 2011              | 13/10         | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                | 150          | 0,15              | 0,00          | 7,24            | 29,50                         | 0,00          |
| 2008              | 1/13          | ХЛЕБ С МАСЛОМ                             | 40           | 3,46              | 6,94          | 39,40           | 233,99                        | 0,00          |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>340</b>   | <b>6,98</b>       | <b>9,73</b>   | <b>68,36</b>    | <b>388,73</b>                 | <b>0,00</b>   |
| <b>II Завтрак</b> |               |   |              |                   |               |                 |                               |               |
| 2011              | 23            | ЯБЛОКО                                    | 160          | 0,62              | 0,62          | 15,17           | 72,75                         | 6,38          |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>160</b>   | <b>0,62</b>       | <b>0,62</b>   | <b>15,17</b>    | <b>72,75</b>                  | <b>6,38</b>   |
| <b>Обед</b>       |               |   |              |                   |               |                 |                               |               |
| 2001              | 7             | САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ        | 55           | 1,17              | 4,92          | 2,84            | 62,02                         | 7,70          |
| 2011              | 14/2          | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ                 | 165          | 1,33              | 4,15          | 7,17            | 71,75                         | 5,52          |
| 2011              | 5/9           | БИТОЧКИ (КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА КУР             | 80           | 13,67             | 12,84         | 13,36           | 223,80                        | 0,55          |
| 2011              | 44/3          | КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ОВОЩАМИ                  | 110          | 4,99              | 5,56          | 31,30           | 195,28                        | 0,66          |
| 2001              | 456           | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ                  | 40           | 0,56              | 4,70          | 1,19            | 49,94                         | 0,65          |
| 2011              | 36            | КОМПЛОТ 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          |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>680</b>   | <b>24,93</b>      | <b>32,60</b>  | <b>89,49</b>    | <b>753,96</b>                 | <b>26,28</b>  |
| <b>Полдник</b>    |               |   |              |                   |               |                 |                               |               |
| 2011              | 8/3           | КАПУСТА ТУШЕНАЯ                           | 160          | 3,51              | 3,31          | 13,28           | 99,26                         | 33,39         |
| 2011              | 15/12         | ПИРОЖКИ С МОРКОВЬЮ И ПОВИДЛОМ             | 60           | 0,90              | 2,71          | 7,83            | 59,46                         | 0,53          |
| 2011              | 10/10         | ЧАЙ                                       | 180          | 0,35              | 0,00          | 6,82            | 28,71                         | 0,07          |
| 2011              | 9             | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                            | 40           | 3,32              | 0,33          | 38,16           | 168,93                        | 0,00          |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>440</b>   | <b>8,08</b>       | <b>6,35</b>   | <b>66,09</b>    | <b>356,36</b>                 | <b>33,99</b>  |
| <b>Всего</b>      |               |   | <b>40,61</b> | <b>49,30</b>      | <b>239,11</b> | <b>1 571,80</b> | <b>66,65</b>                  |               |

*Директор*