

МЕНЮ
9 апреля 2026 г.

Сад



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
			180	0,35	0,00	6,84	28,76	0,07
2011	12/10	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	3,37	3,20	22,45	131,94	0,00
2011	11/4	КАША ПШЕННАЯ						
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	115	6,26	0,62	84,17	367,29	0,04
Итого			445	9,98	3,82	113,46	527,99	0,11
II Завтрак								
	12	СОК	101	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			101	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	67,17	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	80	17,91	21,47	0,14	265,61	0,71
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	11,60
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	96	6,16	0,81	39,46	189,87	0,00
Итого			696	28,89	33,42	82,67	749,21	38,94
Полдник								
2011	19/5	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	135	21,56	20,26	12,34	322,03	0,22
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	74	6,18	0,62	70,97	314,15	0,00
Итого			429	28,10	22,16	94,03	692,01	0,29
Всего			67,47	59,50	300,06	2 012,21	41,34	

Оле