



## МЕНЮ

15 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		
<b>Завтрак</b>								
2011	18/4	КАША АССОРТИ (РИС, ГРЕЧА)	150	1,56	2,70	14,93	90,16	0,00
2011	10/10	ЧАЙ	180	0,35	0,00	6,84	28,72	0,07
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	40	3,41	0,33	52,03	224,75	0,04
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>5,32</b>	<b>3,03</b>	<b>73,80</b>	<b>343,63</b>	<b>0,11</b>
<b>II Завтрак</b>								
2011	23	ЯБЛОКО	100	0,39	0,39	9,51	45,59	4,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,39</b>	<b>0,39</b>	<b>9,51</b>	<b>45,59</b>	<b>4,00</b>
<b>Обед</b>								
2001	7	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	55	1,21	4,93	2,93	62,70	8,08
2011	2/2	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	160	1,26	4,01	7,70	72,25	6,92
2011	6/9	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ, ФАРШИРОВАННАЯ ОТВАРНЫМ МЯСОМ КУР С ОВОЩАМИ	140	10,14	8,37	21,95	204,11	10,50
2011	1/11	СОУС МОЛОЧНЫЙ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ)	40	0,01	1,60	0,41	16,06	0,00
2011	36	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	13,07	52,25	12,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,21	0,43	20,56	98,92	0,00
<b>Итого</b>			<b>625</b>	<b>15,83</b>	<b>19,34</b>	<b>66,62</b>	<b>506,29</b>	<b>37,50</b>
<b>Полдник</b>								
2011	21/2	СУП МОЛОЧНЫЙ С ЛАПШОЙ	160	1,06	1,43	7,16	45,71	0,00
	271	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ	60	0,22	5,73	6,05	76,45	0,05
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,32	0,33	38,16	168,93	0,00
2011	12/10	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,35	0,00	6,84	28,72	0,07
<b>Итого</b>			<b>440</b>	<b>4,95</b>	<b>7,49</b>	<b>58,21</b>	<b>319,81</b>	<b>0,12</b>
<b>Всего</b>				<b>26,49</b>	<b>30,25</b>	<b>208,14</b>	<b>1 215,32</b>	<b>41,73</b>

*Лу*