



## МЕНЮ

22 апреля 2026 г.

### Сад

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2011	15/4	КАША ПШЕНИЧНАЯ	150	3,37	2,79	21,72	125,25	0,00
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	0,15	0,00	7,24	29,51	0,00
2008	1/13	ХЛЕБ С МАСЛОМ	35	2,96	6,89	33,57	208,20	0,00
<b>Итого</b>			<b>335</b>	<b>6,48</b>	<b>9,68</b>	<b>62,53</b>	<b>362,96</b>	<b>0,00</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>								
2011	28/1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ С МОРКОВЬЮ	50	1,03	3,38	7,79	66,00	3,70
2011	14/2	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	160	1,33	4,15	7,17	71,67	5,51
2011	5/9	БИТОЧКИ (КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА КУР	80	13,50	12,82	11,38	215,04	0,55
2011	1/11	СОУС МОЛОЧНЫЙ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ)	40	0,01	1,60	0,41	16,06	0,00
2011	44/3	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ОВОЩАМИ	110	4,99	5,56	31,29	195,25	0,66
2011	36	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	13,07	52,25	10,80
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	71	4,58	0,61	29,32	141,11	0,00
<b>Итого</b>			<b>691</b>	<b>25,44</b>	<b>28,12</b>	<b>100,43</b>	<b>757,38</b>	<b>21,22</b>
<b>Полдник</b>								
2011	8/3	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	160	3,51	3,31	13,26	99,22	33,39
2001	22	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	0,57	3,41	4,20	49,74	0,00
2011	10/10	ЧАЙ	180	0,35	0,00	6,84	28,72	0,07
2011	9	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,83	0,28	32,50	143,91	0,00
<b>Итого</b>			<b>434</b>	<b>7,26</b>	<b>7,00</b>	<b>56,80</b>	<b>321,59</b>	<b>33,46</b>
<b>Всего</b>				<b>39,57</b>	<b>45,19</b>	<b>229,27</b>	<b>1 487,52</b>	<b>58,68</b>

*Ому*