



МЕНЮ

23 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								
2011	11/4	КАША ПШЕННАЯ	150	3,37	3,20	22,45	131,94	0,00
2011	12/10	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,39	0,00	6,62	28,03	0,08
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	40	3,40	0,33	50,96	220,46	0,04
Итого			370	7,16	3,53	80,03	380,43	0,12
II Завтрак								
	12	СОК	100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2001	7	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	50	1,08	4,92	3,06	62,42	7,16
2011	5/2	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	165	1,46	3,87	10,28	81,80	4,41
2011	4/9	ПЛОВ ИЗ МЯСА КУР	180	13,16	11,23	28,57	268,27	1,11
2001	38	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,19	0,19	22,19	92,54	15,21
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,21	0,43	20,56	98,92	0,00
Итого			625	19,10	20,64	84,66	603,95	27,89
Полдник								
2011	8/4	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	150	3,24	4,82	18,16	128,95	0,00
2011	10/10	ЧАЙ	180	0,39	0,00	6,62	28,03	0,08
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,32	0,33	38,16	168,93	0,00
Итого			410	12,05	9,75	63,24	388,91	0,08
Всего				38,81	34,02	237,83	1 416,29	30,09

Л.И.