



**МЕНЮ**  
24 апреля 2026 г.

**Сад**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2011	14/4	КАША ЯЧНЕВАЯ	150	2,93	2,79	20,99	120,59	0,00
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	0,16	0,00	7,23	29,51	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>6,55</b>	<b>9,73</b>	<b>67,62</b>	<b>384,09</b>	<b>0,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
	12	СОК	99	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
<b>Итого</b>			<b>99</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>9,90</b>	<b>43,00</b>	<b>2,00</b>
<b>Обед</b>								
2011	13/1	САЛАТ ИЗ ПРИПУЩЕННОЙ МОРКОВИ	50	0,51	3,24	4,39	49,22	0,82
2011	8/2	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (ВЕГИТАРИАНСКИЕ) СО СМЕТАНОЙ С КУРОЙ	160	8,30	8,48	5,51	132,37	9,19
2011	8/3	СЛОЖНЫЙ ГАРНИР (КАПУСТА ТУШ., КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	195	3,98	4,64	19,93	139,33	31,73
2011	35/8	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	90	19,44	7,46	0,15	166,70	13,07
	19	ВИТАМИННЫЙ НАПИТОК ВАЛЕТЕК	180	0,00	0,00	4,37	17,44	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,21	0,43	20,56	98,92	0,00
<b>Итого</b>			<b>725</b>	<b>35,44</b>	<b>24,25</b>	<b>54,91</b>	<b>603,98</b>	<b>54,81</b>
<b>Полдник</b>								
2011	13/5	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	170	23,71	22,54	19,64	381,47	1,00
2011	2/11	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ	40	0,01	1,28	3,88	27,11	0,00
2011	10/10	ЧАЙ	180	0,35	0,00	6,83	28,71	0,07
2011	9	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,32	0,33	38,16	168,93	0,00
<b>Итого</b>			<b>430</b>	<b>27,39</b>	<b>24,15</b>	<b>68,51</b>	<b>606,22</b>	<b>1,07</b>
<b>Всего</b>				<b>69,88</b>	<b>58,23</b>	<b>200,94</b>	<b>1 637,29</b>	<b>57,88</b>

*Дев*