



МЕНЮ

28 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		
Завтрак								
2011	2/4	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	150	2,78	3,08	19,54	116,81	0,00
2011	14/10	КАКАО С МОЛОКОМ	150	0,88	0,54	3,46	22,92	0,00
2011	3/13	ХЛЕБ С СЫРОМ	40	6,52	4,43	38,16	219,56	0,16
Итого			340	10,18	8,05	61,16	359,29	0,16
II Завтрак								
	12	СОК	99	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			99	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2011	21/1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	50	0,64	4,90	3,64	61,24	1,53
2001	37	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕТЦКАМИ	160	1,34	2,58	6,05	52,97	2,95
2011	9/7	БИТОЧКИ (КОТЛЕТЫ) РЫБНЫЙ	80	8,70	1,05	11,48	90,40	0,09
2011	45/3	РИС ОТВАРНОЙ РАССЫПЧАТЫЙ	110	2,65	2,76	27,89	146,95	0,00
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
Итого			670	16,55	13,32	83,10	518,79	16,57
Полдник								
2011	18/3	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	160	2,37	4,45	14,12	107,17	11,50
2011	6/12	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	60	0,97	8,51	4,22	97,66	0,02
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	0,15	0,00	7,23	29,48	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,32	0,33	38,16	168,93	0,00
Итого			410	6,81	13,29	63,73	403,24	11,52
Всего				34,04	34,76	217,89	1 324,32	30,25

Ощ