



МЕНЮ

29 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		
Завтрак								
2011	18/4	КАША АССОРТИ (РИС, ГРЕЧА)	150	1,56	2,70	14,93	90,12	0,00
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	40	3,41	0,33	52,46	226,47	0,04
2011	12/10	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,35	0,00	6,82	28,68	0,07
Итого			370	5,32	3,03	74,21	345,27	0,11
II Завтрак								
2011	23	ЯБЛОКО	100	0,39	0,39	9,51	45,59	4,00
Итого			100	0,39	0,39	9,51	45,59	4,00
Обед								
2001	7	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	55	1,25	4,93	2,99	63,15	8,32
2011	2/2	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	160	1,26	4,01	7,70	72,32	6,92
2011	6/9	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ, ФАРШИРОВАННАЯ ОТВАРНЫМ МЯСОМ КУР С ОВОЩАМИ	140	10,15	8,38	21,94	204,22	10,50
2011	1/11	СОУС МОЛОЧНЫЙ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ)	40	0,01	1,60	0,41	16,04	0,00
2011	36	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	13,07	52,25	12,40
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,21	0,43	20,56	98,92	0,00
Итого			625	15,88	19,35	66,67	506,90	38,14
Полдник								
2011	21/2	СУП МОЛОЧНЫЙ С ЛАПШОЙ	160	1,06	1,43	7,15	45,72	0,00
	271	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ	60	0,22	5,73	6,05	76,46	0,05
2011	251	ЙОГУРТ (СНЕЖОК)	156	4,25	3,79	6,84	85,65	0,44
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,32	0,33	38,16	168,93	0,00
Итого			416	8,85	11,28	58,20	376,76	0,49
Всего				30,44	34,05	208,59	1 274,52	42,74

Му