



МЕНЮ
5 мая 2026 г.

Сад

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
	16/4	КАША АССОРТИ (РИС, ПШЕНО)	150	1,71	2,73	15,74	94,35	0,00
2011	14/10	КАКАО С МОЛОКОМ	150	0,88	0,54	3,47	22,94	0,00
2012	11	БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ ИЛИ ДЖЕМОМ	40	3,40	0,33	50,61	219,00	0,04
Итого			340	5,99	3,60	69,82	336,29	0,04
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								
	23/1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	65	0,75	4,13	3,78	55,79	2,04
	9/2	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	205	1,23	2,53	8,49	62,27	3,26
2011	12/7	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С РИСОМ В СОУСЕ	160	12,09	3,19	4,84	96,69	0,64
2001	233	КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	23,07	92,29	16,40
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,21	0,43	20,56	98,92	0,00
Итого			660	17,28	10,28	60,74	405,96	22,34
Полдник								
2011	43-2/3	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	160	7,87	7,75	33,89	237,42	0,11
2011	251	ЙОГУРТ (СНЕЖОК)	193	5,24	4,68	8,44	105,77	0,54
2011	6/12	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	60	0,97	8,50	4,23	97,56	0,02
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,32	0,33	38,16	168,93	0,00
Итого			453	17,40	21,26	84,72	609,68	0,67
Всего				41,06	35,53	224,79	1 397,52	27,05

Олч