



МЕНЮ

7 мая 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								
2011	13/1	САЛАТ ИЗ ПРИПУЩЕННОЙ МОРКОВИ	50	0,51	2,95	4,65	47,65	0,81
2011	5/2	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	165	1,46	3,87	10,28	81,80	4,41
2001	184	СУФЛЕ ИЗ КУРЫ С РИСОМ	80	21,28	23,87	3,92	315,66	0,70
2011	8/3	СЛОЖНЫЙ ГАРНИР (КАПУСТА ТУШ., КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ)	130	2,68	3,02	13,57	93,23	21,19
2011	36	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	185	0,00	0,00	13,55	54,18	13,20
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,21	0,43	20,56	98,92	0,00
Итого			660	29,14	34,14	66,53	691,44	40,31
Полдник								
2011	13/5	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	190	26,01	25,24	19,53	413,96	0,97
	20	СОУС ПОВИДЛО	40	0,16	0,00	25,61	103,05	0,08
2011	10/10	ЧАЙ	180	0,39	0,00	6,62	28,03	0,08
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,32	0,33	38,16	168,93	0,00
Итого			450	29,88	25,57	89,92	713,97	1,13
Всего				66,68	63,34	246,38	1 828,84	43,56

Дж