



МЕНЮ

12 мая 2026 г.

Сад

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, 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	22,90	0,00
2011	3/13	ХЛЕБ С СЫРОМ	40	6,60	4,84	35,22	211,78	0,17
Итого			340	10,26	8,46	58,22	351,49	0,17
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	21/1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	50	0,64	4,90	3,64	61,24	1,53
	31/2	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ, СМЕТАНОЙ	160	1,42	4,50	9,14	83,27	5,14
2011	45/3	РИС ОТВАРНОЙ РАССЫПЧАТЫЙ	110	2,65	2,76	27,89	146,93	0,00
2011	9/7	БИТОЧКИ (КОТЛЕТЫ) РЫБНЫЙ	80	8,64	1,07	10,59	86,71	0,09
2011	1/11	СОУС МОЛОЧНЫЙ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ)	40	0,01	1,60	0,41	16,06	0,00
2001	233	КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	23,06	92,25	14,40
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,21	0,43	20,56	98,92	0,00
Итого			670	16,57	15,26	95,29	585,38	21,16
Полдник								
2011	18/3	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	160	2,37	4,44	14,12	107,13	11,50
2011	6/12	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	60	0,98	8,50	4,23	97,65	0,02
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	0,15	0,00	7,24	29,52	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	3,07	0,31	35,22	155,91	0,00
Итого			407	6,57	13,25	60,81	390,21	11,52
Всего				33,90	37,07	224,22	1 370,08	34,85

Ому