



МЕНЮ

20 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 | | | | | | | | |
| | | | 150 | 3,37 | 2,79 | 21,72 | 125,27 | 0,00 |
| 2011 | 15/4 | КАША ПШЕНИЧНАЯ | 150 | 0,16 | 0,00 | 7,24 | 29,52 | 0,00 |
| 2011 | 13/10 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 35 | 3,19 | 6,92 | 36,25 | 220,05 | 0,00 |
| 2008 | 1/13 | ХЛЕБ С МАСЛОМ | 335 | 6,72 | 9,71 | 65,21 | 374,84 | 0,00 |
| Итого | | | | | | | | |
| 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 | | | | | | | | |
| 2001 | 7 | САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ | 65 | 1,46 | 4,94 | 3,33 | 65,76 | 9,72 |
| 2011 | 14/2 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ | 155 | 1,25 | 4,15 | 7,00 | 70,64 | 5,41 |
| 2011 | 5/9 | БИТОЧКИ (КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА КУР | 80 | 13,58 | 12,83 | 12,29 | 219,09 | 0,55 |
| 2011 | 4/3 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ | 130 | 2,19 | 3,81 | 15,84 | 107,27 | 7,28 |
| 2011 | 36 | КОМПЛОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ | 180 | 0,00 | 0,00 | 13,08 | 52,28 | 14,00 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,21 | 0,43 | 20,56 | 98,92 | 0,00 |
| Итого | | | 660 | 21,69 | 26,16 | 72,10 | 613,96 | 36,96 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2011 | 21/2 | СУП МОЛОЧНЫЙ С ЛАПШОЙ | 160 | 1,05 | 1,42 | 7,15 | 45,62 | 0,00 |
| 2011 | 15/12 | ПИРОЖКИ С МОРКОВЬЮ И ПОВИДЛОМ | 60 | 0,95 | 2,74 | 8,80 | 64,04 | 0,54 |
| 2011 | 10/10 | ЧАЙ | 180 | 0,35 | 0,00 | 6,83 | 28,74 | 0,07 |
| 2011 | 9 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 37 | 3,06 | 0,31 | 35,10 | 155,40 | 0,00 |
| Итого | | | 437 | 5,41 | 4,47 | 57,88 | 293,80 | 0,61 |
| Всего | | | | 34,32 | 40,44 | 205,09 | 1 325,60 | 39,57 |

Директор