



## МЕНЮ

28 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		
<b>Завтрак</b>								
2011	8/4	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	150	3,24	4,67	18,16	127,54	0,00
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
2011	10/10	ЧАЙ	180	0,35	0,00	6,83	28,71	0,07
2008	1/13	ХЛЕБ С МАСЛОМ	40	3,46	6,94	39,40	233,99	0,00
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>12,15</b>	<b>16,21</b>	<b>64,69</b>	<b>453,24</b>	<b>0,07</b>
<b>II Завтрак</b>								
	12	СОК	100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>9,90</b>	<b>43,00</b>	<b>2,00</b>
<b>Обед</b>								
2011	10/1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТ.МАСЛОМ	50	0,71	4,06	6,79	67,14	1,12
2011	17/2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С КУРОЙ	160	11,22	9,72	13,60	187,20	3,94
2011	31/6	ГОЛУБЦЫ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ И РИСОМ	180	20,93	17,87	14,29	302,64	24,30
2011	1/11	СОУС МОЛОЧНЫЙ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ)	40	0,01	1,60	0,40	16,02	0,00
2011	36	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	13,08	52,29	13,20
2011	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,21	0,43	20,56	98,92	0,00
<b>Итого</b>			<b>660</b>	<b>36,08</b>	<b>33,68</b>	<b>68,72</b>	<b>724,21</b>	<b>42,56</b>
<b>Всего</b>			<b>48,73</b>	<b>49,99</b>	<b>143,31</b>	<b>1 220,45</b>	<b>44,63</b>	

*Лш*