



МЕНЮ

19 июня 2026 г.

Сад

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2001	113	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	100	6,68	10,93	2,09	133,72	0,50
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	0,16	0,00	7,24	29,51	0,00
2011	3/13	ХЛЕБ С СЫРОМ	45	7,42	4,92	44,71	253,80	0,17
Итого			295	14,26	15,85	54,04	417,03	0,67
II Завтрак								
	12	СОК	98	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			98	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2001	7	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	70	1,60	4,95	3,56	67,57	10,70
2011	8/2	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (ВЕГИТАРИАНСКИЕ) СО СМЕТАНОЙ С КУРОЙ	135	5,00	5,63	5,51	93,46	9,04
2011	35/8	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	90	19,44	7,45	0,15	166,64	13,07
2011	1/11	СОУС МОЛОЧНЫЙ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ)	40	0,01	1,60	0,41	16,04	0,00
2011	45/3	РИС ОТВАРНОЙ РАССЫПЧАТЫЙ	110	2,65	2,75	27,90	146,94	0,00
	19	ВИТАМИННЫЙ НАПИТОК ВАЛТЕК	180	0,00	0,00	4,37	17,45	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	57	3,66	0,49	23,44	112,77	0,00
Итого			682	32,36	22,87	65,34	620,87	32,81
Полдник								
2011	14/4	КАША ЯЧНЕВАЯ	150	2,93	2,79	20,99	120,59	0,00
	15	ВАФЛИ	50	1,36	1,60	37,49	171,69	0,00
2011	10/10	ЧАЙ	180	0,35	0,00	6,83	28,70	0,07
2011	9	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47	3,89	0,39	44,71	197,93	0,00
Итого			427	8,53	4,78	110,02	518,91	0,07
Всего				55,65	43,60	239,30	1 599,81	35,55

Директор