



МЕНЮ

25 июня 2026 г.

Сад

Сборник 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								
2011	8/4	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	150	3,24	4,67	18,16	127,50	0,00
2011	10/10	ЧАЙ	180	0,35	0,00	6,85	28,75	0,07
2008	1/13	ХЛЕБ С МАСЛОМ	45	3,76	6,97	42,83	249,18	0,00
Итого			375	7,35	11,64	67,84	405,43	0,07
II Завтрак								
2011	23	ЯБЛОКО	228	0,88	0,88	21,66	103,89	9,12
Итого			228	0,88	0,88	21,66	103,89	9,12
Обед								
2011	14/1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	55	0,51	4,92	1,60	52,54	2,63
2011	17/2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С КУРОЙ	170	12,50	10,83	13,60	202,38	4,00
2011	31/8	ГОЛУБЦЫ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ И РИСОМ	180	20,89	17,85	14,29	302,27	24,30
2001	456	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	45	0,65	4,70	1,56	51,92	1,01
2011	36	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	13,08	52,29	13,20
2011	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	3,40	0,46	21,80	104,86	0,00
Итого			683	37,95	38,76	65,93	766,26	45,14
Полдник								
2011	14/4	КАША ЯЧНЕВАЯ	150	2,93	2,79	20,99	120,59	0,00
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	0,16	0,00	7,24	29,55	0,00
	17	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,59	4,56	35,45	197,40	0,00
2011	10	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	43	3,61	0,36	41,49	183,66	0,00
Итого			393	10,29	7,71	105,17	531,20	0,00
Всего				56,47	58,99	260,60	1 806,78	54,3:

Ож