



МЕНЮ

3 июля 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								
2011	2/6	ОМЛЕТ ЗАПЕЧЕННЫЙ (ПАРОВОЙ)	150	13,91	21,75	0,86	254,64	0,00
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	0,20	0,00	8,78	35,93	0,00
2011	3/13	ХЛЕБ С СЫРОМ	40	6,85	4,86	38,16	224,80	0,17
Итого			370	20,96	26,61	47,80	515,37	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	32/1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	0,81	4,98	4,86	67,45	2,54
2011	8/2	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (ВЕГИТАРИАНСКИЕ) СО СМЕТАНОЙ С КУРОЙ	180	6,88	7,62	6,18	121,62	10,26
2011	45/3	РИС ОТВАРНОЙ РАССЫПЧАТЫЙ	110	2,64	2,79	27,73	146,49	0,00
2011	35/8	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	16,93	6,24	0,11	143,20	11,60
2011	1/11	СОУС МОЛОЧНЫЙ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ)	40	0,01	1,60	0,51	16,45	0,00
	19	ВИТАМИННЫЙ НАПИТОК ВАЛЕТЕК	180	0,00	0,00	4,36	17,42	0,00
2011	01	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,21	0,43	20,56	98,92	0,00
Итого			690	30,48	23,66	64,31	611,55	24,40
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	190	0,39	0,00	7,11	29,97	0,08
2011	9	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,32	0,33	38,16	168,93	0,00
Итого			430	8,00	4,72	103,75	491,18	0,08
Всего				59,94	55,09	225,76	1 661,10	26,65

Ощ