

МЕНЮ

10 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	15/4	КАША ПШЕНИЧНАЯ	150	3,37	2,79	21,72	125,27	0,00
2011	12/10	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,35	0,00	6,84	28,76	0,07
2008	1/13	ХЛЕБ С МАСЛОМ	40	3,46	6,94	39,40	233,99	0,00
Итого			370	7,18	9,73	67,96	388,02	0,07
II Завтрак								
2011	23	ЯБЛОКО	100	0,39	0,39	9,51	45,59	4,00
Итого			100	0,39	0,39	9,51	45,59	4,00
Обед								
2011	18/2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ	160	8,79	7,32	10,15	141,80	2,20
2001	133	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ	70	8,00	3,34	12,14	110,71	0,78
2011	3/3	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,26	3,89	18,26	117,36	9,22
2011	19	ВИТАМИННЫЙ НАПИТОК ВАЛЕТЕК	180	0,00	0,00	4,36	17,42	0,00
2011	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,21	0,43	20,56	98,92	0,00
2011	15/1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР	50	0,49	4,94	1,68	54,20	4,55
Итого			640	22,75	19,92	67,15	540,41	16,75
Полдник								
	20	СОУС ПОВИДЛО	40	0,16	0,00	25,61	103,05	0,08
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	0,15	0,00	7,24	29,52	0,00
2011	9	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,32	0,33	38,16	168,93	0,00
2001	127	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	130	14,71	10,53	19,50	234,54	0,15
Итого			360	18,34	10,86	90,51	536,04	0,23
Всего				48,66	40,90	235,13	1 510,06	21,05