



МЕНЮ
16 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	11/4	КАША ПШЕННАЯ	150	3,37	3,20	22,45	131,94	0,00
2011	12/10	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,35	0,00	6,85	28,78	0,07
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	40	3,41	0,33	52,93	228,37	0,05
Итого			370	7,13	3,53	82,23	389,09	0,12
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	5/2	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	160	1,44	4,04	9,97	82,16	4,36
2011	8/3	СЛОЖНЫЙ ГАРНИР (КАПУСТА ТУШ., КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ)	130	2,67	3,04	13,25	92,08	21,15
2011	36	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	13,07	52,25	19,60
2011	8/9	СУФЛЕ ИЗ КУРЫ	75	15,94	19,78	0,14	242,47	0,62
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,21	0,43	20,56	98,92	0,00
2011	2/1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО ЯЙЦА С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	55	5,58	5,05	2,69	78,43	1,56
Итого			650	28,84	32,34	59,68	646,31	47,29
Полдник								
2011	13/5	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	165	22,71	22,03	19,46	371,90	0,99
2011	2/11	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ	40	0,01	1,28	3,88	27,05	0,00
2011	14/10	КАКАО С МОЛОКОМ	150	0,88	0,54	3,45	22,89	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,32	0,33	38,16	168,93	0,00
Итого			395	26,92	24,18	64,95	590,77	0,99
Всего				63,39	60,15	216,76	1 669,17	50,40

