

МЕНЮ

21 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	14/10	КАКАО С МОЛОКОМ	150	0,88	0,54	3,47	22,98	0,00
2011	2/4	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	150	2,78	3,08	19,54	116,81	0,00
2011	3/13	ХЛЕБ С СЫРОМ	40	6,85	4,86	38,16	224,80	0,17
Итого			340	10,51	8,48	61,17	364,59	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								
2001	37	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕТЦКАМИ	160	1,36	2,59	6,05	53,14	2,95
2011	4/7	РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	70	6,99	0,42	3,02	44,15	0,83
2011	45/3	РИС ОТВАРНОЙ РАССЫПЧАТЫЙ	110	2,65	2,76	27,89	146,97	0,00
2001	233	КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	23,07	92,29	21,20
2011	1/11	СОУС МОЛОЧНЫЙ (для подачи к БЛЮДУ)	40	0,01	1,60	0,40	16,04	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,21	0,43	20,56	98,92	0,00
2011	14/1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	55	0,48	4,91	1,48	51,93	2,46
Итого			665	14,70	12,71	82,47	503,44	27,44
Полдник								
2011	18/3	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	160	2,37	4,44	14,12	107,08	11,49
2011	6/12	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	60	0,97	8,47	4,22	97,34	0,02
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	0,15	0,00	7,23	29,49	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,32	0,33	38,16	168,93	0,00
Итого			410	6,81	13,24	63,73	402,84	11,51
Всего				32,52	34,53	217,27	1 313,87	41,12