



МЕНЮ
22 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	18/4	КАША АССОРТИ (РИС, ГРЕЧА)	150	1,56	2,70	14,93	90,12	0,00
2011	251	ЙОГУРТ (СНЕЖОК)	150	4,07	3,64	6,57	82,23	0,42
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	45	3,43	0,33	55,33	238,03	0,05
Итого			345	9,06	6,67	76,83	410,38	0,47
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	2/2	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	160	1,26	4,01	7,68	72,27	6,92
2011	1/11	СОУС МОЛОЧНЫЙ (для подачи к блюду)	40	0,01	1,60	0,42	16,10	0,00
2011	36	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	13,07	52,25	22,80
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,21	0,43	20,56	98,92	0,00
2011	15/1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР	70	0,73	4,99	2,50	59,38	6,78
2011	38/8	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ, ФАРШИРОВАННАЯ ОТВАРНЫМ МЯСОМ ГОВЯДИНЫ С ОВОЩАМИ	160	11,60	9,59	25,04	233,08	11,65
Итого			660	16,81	20,62	69,27	532,00	48,15
Полдник								
2011	21/2	СУП МОЛОЧНЫЙ С ЛАПШОЙ	160	1,05	1,42	7,14	45,56	0,00
	271	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ	60	0,24	5,72	6,05	76,53	0,05
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,32	0,33	38,16	168,93	0,00
2011	12/10	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,35	0,00	6,82	28,68	0,07
Итого			440	4,96	7,47	58,17	319,70	0,12
Всего				31,22	35,15	213,78	1 307,67	52,74