



МЕНЮ

23 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	8/4	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	150	3,24	4,66	18,16	127,45	0,00
2011	10/10	ЧАЙ	180	0,35	0,00	6,84	28,74	0,07
2008	1/13	ХЛЕБ С МАСЛОМ	40	3,46	6,94	39,40	233,99	0,00
Итого			370	7,05	11,60	64,40	390,18	0,07
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	10/1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТ.МАСЛОМ	50	0,71	4,07	6,80	67,32	1,12
2011	17/2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	160	3,96	3,48	13,61	102,00	3,62
2011	31/8	ГОЛУБЦЫ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ И РИСОМ	180	20,87	17,84	14,29	302,06	24,30
2001	456	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,81	4,70	2,14	55,07	1,58
2011	36	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	13,09	52,31	25,60
2011	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,21	0,43	20,56	98,92	0,00
Итого			670	29,56	30,52	70,49	677,68	56,22
Полдник								
2011	14/4	КАША ЯЧНЕВАЯ	150	2,93	2,79	20,99	120,59	0,00
	16	ПРЯНИК	50	2,95	2,35	37,50	183,00	0,00
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	0,16	0,00	7,23	29,51	0,00
2011	10	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,32	0,33	38,16	168,93	0,00
Итого			390	9,36	5,47	103,88	502,03	0,00
Всего				46,47	47,69	248,67	1 612,89	58,29