

МЕНЮ 29 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	21,73	125,28	0,00
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	0,16	0,00	7,24	29,55	0,00
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
2011	9	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	40	3,32	0,33	38,16	168,93	0,00
Итого			380	11,95	7,72	67,43	386,76	0,00
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	15/1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР	60	0,61	4,97	2,12	57,00	5,75
2011	4/9	ПЛОВ ИЗ МЯСА КУР	180	13,06	11,11	28,27	265,72	1,10
2011	14/2	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	160	1,29	4,15	7,08	71,19	5,47
2011	36	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	13,09	52,30	19,20
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,21	0,43	20,56	98,92	0,00
Итого			630	18,17	20,66	71,12	545,13	31,52
Полдник								
2011	21/2	СУП МОЛОЧНЫЙ С ЛАПШОЙ	160	1,05	1,42	7,14	45,57	0,00
2011	17/12	ПИРОЖКИ С ПОВИДЛОМ	65	0,73	2,86	23,73	123,58	0,07
2011	10/10	ЧАЙ	180	0,35	0,00	6,84	28,73	0,07
2011	9	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,32	0,33	38,16	168,93	0,00
Итого			445	5,45	4,61	75,87	366,81	0,14
Всего				36,07	33,09	224,32	1 341,70	33,66

Сек