

МЕНЮ

30 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	6,82	28,65	0,07
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	45	3,42	0,33	53,44	230,42	0,05
Итого			375	7,14	3,53	82,71	391,01	0,12
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	14/1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,47	4,91	1,44	51,66	2,38
2011	5/2	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	160	1,44	4,06	9,95	82,27	4,36
2011	8/3	СЛОЖНЫЙ ГАРНИР (КАПУСТА ТУШ., КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ)	130	2,67	3,05	13,26	92,29	21,16
2011	8/9	СУФЛЕ ИЗ КУРЫ	70	14,79	18,74	0,14	228,53	0,58
2011	36	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	13,07	52,25	4,80
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,21	0,43	20,56	98,92	0,00
Итого			640	22,58	31,19	58,42	605,92	33,28
Полдник								
2011	13/5	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	160	21,46	21,43	19,26	360,39	0,97
2011	2/11	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ	40	0,01	1,28	3,88	27,13	0,00
2011	14/10	КАКАО С МОЛОКОМ	150	0,88	0,54	3,47	22,98	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,32	0,33	38,16	168,93	0,00
Итого			390	25,67	23,58	64,77	579,43	0,97
Всего				55,78	58,69	215,41	1 621,95	38,37

Лев