

МЕНЮ 10 августа 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	7/4	КАША РИСОВАЯ	150	2,54	2,77	28,63	149,49	0,00
2008	1	ХЛЕБ С МАСЛОМ	40	3,46	6,94	39,40	233,99	0,00
2011	10/10	ЧАЙ	180	0,35	0,00	6,83	28,74	0,07
Итого			370	6,35	9,71	74,86	412,22	0,07
II Завтрак								
2011	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	28/1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ С МОРКОВЬЮ	50	1,03	3,37	7,79	65,97	3,70
2011	27/2	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С СУХАРИМИ	180	2,95	3,21	22,06	129,22	4,80
2011	43/3	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,08	3,48	24,85	147,10	0,00
2001	160	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ОВОЩАМИ	70	10,73	17,71	2,30	211,70	5,26
2011	6/11	СОУС СМЕТАННЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	40	0,25	3,54	0,35	34,49	0,01
2011	36	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	13,09	52,30	20,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ 2	30	1,28	0,17	8,23	39,57	0,00
Итого			660	20,32	31,48	78,67	680,35	33,77
Полдник								
2011	4/6	ОМЛЕТ С КАРТОФЕЛЕМ ЗАПЕЧЕННЫЙ	100	5,92	5,44	8,41	106,32	4,12
2001	271	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ	60	0,26	5,76	6,04	76,95	0,05
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	0,16	0,00	7,23	29,49	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,32	0,33	38,16	168,93	0,00
Итого			350	9,66	11,53	59,84	381,69	4,17
Всего				36,83	52,82	223,27	1 517,26	40,01

И.А. Захаревич