

МЕНЮ 17 августа 2026 г.

Сад



Сад

Р. 1725649 06533

Энергетическая ценность, ккал

Вита-мин С, мг

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
			180	0,35	0,00	6,83	28,71	0,07
			150	2,42	2,64	18,39	106,10	0,00
2011	10/10	ЧАЙ	40	3,46	6,94	39,40	233,99	0,00
2011	5/4	КАША МАННАЯ	40	3,46	6,94	39,40	233,99	0,00
2008	1/13	ХЛЕБ С МАСЛОМ	370	6,23	9,58	64,62	368,80	0,07
Итого								
II Завтрак								
			100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
			100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
	12	СОК	100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого								
Обед								
			50	0,71	4,06	6,79	67,14	1,12
2011	10/1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТ.МАСЛОМ	160	5,99	3,62	11,05	101,08	5,57
2011	19/2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	70	10,67	17,46	2,26	208,98	5,26
2001	160	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ОВОЩАМИ	40	0,59	3,93	1,55	44,57	1,13
2001	456	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	110	4,99	5,57	31,29	195,35	0,66
2011	44/3	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ОВОЩАМИ	180	0,00	0,00	13,08	52,29	18,80
2011	36	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	50	3,21	0,43	20,56	98,92	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	660	26,16	35,07	86,58	768,33	32,54
Итого								
Полдник								
			100	5,96	5,47	8,42	106,78	4,12
2011	4/6	ОМЛЕТ С КАРТОФЕЛЕМ ЗАПЕЧЕННЫЙ	50	3,59	4,56	35,45	197,40	0,00
	17	ПЕЧЕНЬЕ	150	0,88	0,54	3,46	22,89	0,00
2011	14/10	КАКАО С МОЛОКОМ	40	3,32	0,33	38,16	168,93	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	340	13,75	10,90	85,49	496,00	4,12
Итого								
Всего								

Сир