

МЕНЮ 18 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								
			150	2,78	3,08	19,54	116,81	0,00
2011	2/4	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	150	0,88	0,54	3,47	22,92	0,00
2011	14/10	КАКАО С МОЛОКОМ	40	6,85	4,86	38,16	224,80	0,17
2011	3/13	ХЛЕБ С СЫРОМ	340	10,51	8,48	61,17	364,53	0,17
Итого								
II Завтрак								
			100	0,39	0,39	9,51	45,59	4,00
2011	23	ЯБЛОКО	100	0,39	0,39	9,51	45,59	4,00
Итого								
Обед								
2011	21/1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	50	0,64	4,90	3,64	61,24	1,53
2001	37	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕТЦКАМИ	160	1,36	2,60	6,05	53,18	2,95
2011	45/3	РИС ОТВАРНОЙ РАССЫПЧАТЫЙ	110	2,65	2,77	27,90	147,05	0,00
2011	1/11	СОУС МОЛОЧНЫЙ (для ПОДАЧИ К БЛЮДУ)	40	0,01	1,60	0,42	16,09	0,00
2001	135	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	9,55	3,54	7,24	99,47	0,64
2001	233	КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	23,05	92,20	18,40
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,21	0,43	20,56	98,92	0,00
			670	17,42	15,84	88,86	568,15	23,52
Итого								
Полдник								
2011	18/3	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	160	2,37	4,45	14,12	107,17	11,50
2011	6/12	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	60	0,99	8,52	4,20	97,84	0,02
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	0,15	0,00	7,24	29,49	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,32	0,33	38,16	168,93	0,00
			410	6,83	13,30	63,72	403,43	11,52
Итого								
Всего								
				35,15	38,01	223,26	1 381,70	39,21

du