



МЕНЮ 19 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	18/4	КАША АССОРТИ (РИС, ГРЕЧА)	150	1,56	2,70	14,93	90,13	0,0
2011	251	ЙОГУРТ (СНЕЖОК)	150	4,01	3,58	6,45	80,80	0,41
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	40	3,41	0,33	52,00	224,62	0,04
Итого			340	8,98	6,61	73,38	395,55	0,45
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	5/1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТ.МАСЛОМ	50	0,84	3,24	4,88	52,55	7,67
2011	2/2	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	160	1,26	4,01	7,69	72,26	6,92
2011	38/8	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ, ФАРШИРОВАННАЯ ОТВАРНЫМ МЯСОМ ГОВЯДИНЫ С ОВОЩАМИ	160	11,59	9,56	25,04	232,76	11,65
2011	6/10	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	13,07	52,25	0,00
2011	1/11	СОУС МОЛОЧНЫЙ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ)	40	0,01	1,60	0,42	16,09	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,21	0,43	20,56	98,92	0,00
Итого			640	16,91	18,84	71,66	524,83	26,24
Полдник								
2011	21/2	СУП МОЛОЧНЫЙ С ЛАПШОЙ	160	1,05	1,42	7,14	45,59	0,00
2001	22	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	0,55	3,40	4,19	49,55	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,32	0,33	38,16	168,93	0,00
2011	12/10	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,35	0,00	6,82	28,69	0,07
Итого			440	5,27	5,15	56,31	292,76	0,07
Всего				31,66	30,70	211,25	1 256,14	28,76

Дир.