

МЕНЮ

27 августа 2026 г.

Сад



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	3,37	3,20	22,45	131,94	0,00
2011	11/4	КАША ПШЕННАЯ	180	0,35	0,00	6,84	28,72	0,07
2011	12/10	ЧАЙ С МОЛОКОМ	40	3,13	0,30	48,88	210,70	0,04
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	370	6,85	3,50	78,17	371,36	0,11
Итого								
II Завтрак								
			100	0,65	0,65	15,96	76,52	6,72
2011	23	ЯБЛОКО	100	0,65	0,65	15,96	76,52	6,72
Итого								
Обед								
			50	0,42	4,90	1,31	50,93	2,16
2011	14/1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	160	1,44	4,05	9,96	82,22	4,36
2011	5/2	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	130	2,67	3,05	13,26	92,19	21,16
2011	8/3	СЛОЖНЫЙ ГАРНИР (КАПУСТА ТУШ., КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ)	70	14,76	18,73	0,14	228,32	0,58
2011	8/9	СУФЛЕ ИЗ КУРЫ	180	0,00	0,00	13,07	52,25	0,00
2011	6/10	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	50	3,21	0,43	20,56	98,92	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	640	22,50	31,16	58,30	604,83	28,26
Итого								
Полдник								
			160	20,29	20,81	19,07	349,17	0,96
2011	13/5	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	40	0,01	1,28	3,88	27,09	0,00
2011	2/11	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ	150	0,88	0,54	3,46	22,93	0,00
2011	14/10	КАКАО С МОЛОКОМ	40	3,04	0,30	34,84	154,23	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	390	24,22	22,93	61,25	553,42	0,96
Итого				54,22	58,24	213,68	1 606,13	36,05
Всего								

du