

МЕНЮ 31 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	10/10	ЧАЙ	180	0,35	0,00	6,84	28,72	0,07
2011	5/4	КАША МАННАЯ	150	2,42	2,64	18,39	106,10	0,00
2008	1/13	ХЛЕБ С МАСЛОМ	40	3,46	6,94	39,40	233,99	0,00
Итого			370	6,23	9,58	64,63	368,81	0,07
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	10/1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТ.МАСЛОМ	50	0,71	4,08	6,80	67,35	1,12
2011	19/2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	160	5,99	3,63	11,05	101,13	5,57
2001	160	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ОВОЩАМИ	70	10,69	17,67	2,30	211,22	5,26
2011	44/3	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ОВОЩАМИ	110	4,99	5,56	31,30	195,29	0,66
2011	1/11	СОУС МОЛОЧНЫЙ (для подачи к блюду)	40	0,01	1,60	0,41	16,06	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,21	0,43	20,56	98,92	0,00
2011	6/10	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	13,07	52,25	0,00
Итого			660	25,60	32,97	85,49	742,22	12,61
Полдник								
2001	127	ПУДИНГ из ТВОРОГА С РИСОМ	130	14,40	10,37	19,48	231,58	0,14
	20	СОУС ПОВИДЛО	40	0,17	0,00	28,72	115,58	0,09
2011	14/10	КАКАО С МОЛОКОМ	150	0,88	0,54	3,46	22,93	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,32	0,33	38,16	168,93	0,00
Итого			360	18,77	11,24	89,82	539,02	0,23
Всего				51,10	53,89	249,84	1 693,05	14,91

Ому