

МЕНЮ

9 июня 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								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,32	4,87	18,63	140,68	0,67
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	60/5	4,43	4,37	29,04	173,23	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,91	2,41	12,39	83,53	0,54
Итого			445	15,14	13,89	60,20	428,09	1,21
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	108	0,54	0,11	10,86	46,23	2,15
Итого			108	0,54	0,11	10,86	46,23	2,15
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,45	3,96	1,39	42,89	2,29
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	5,84	10,25	9,34	153,66	20,47
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	8,42	11,37	3,16	149,07	1,64
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	130	4,96	5,30	22,35	156,64	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,17	0,12	13,10	55,21	1,60
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	66	4,36	0,79	26,18	130,90	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,81	0,23	18,47	87,16	0,00
Итого			713	27,01	32,02	93,99	775,53	26,00
Полдник								
2012	229,230	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	125	19,35	13,38	18,78	276,59	0,20
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	181	5,08	4,38	8,42	94,72	0,94
2008		БАНАН	118	1,77	0,59	24,81	113,40	11,81
		ЗЕФИР	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			474	26,20	18,35	52,01	484,71	12,95
Всего				68,89	64,37	217,06	1 734,56	42,31