

МЕНЮ
10 августа 2026 г.

Сад 12 часов

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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,88	3,64	10,28	90,13	0,07
2024	ТК № 38	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ С КУРАГОЙ	150	8,36	7,71	42,10	272,32	0,82
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,18	2,43	13,06	87,42	0,52
2024	ТК № 10	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0,90	0,20	8,10	43,01	60,02
Итого			480	16,32	13,98	73,54	492,88	61,43
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	5,94	5,11	9,83	110,51	1,10
Итого			200	5,94	5,11	9,83	110,51	1,10
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,40	1,04	1,24	15,79	4,95
2024	ТК № 39	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/20	5,75	2,98	26,24	155,06	2,69
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	16,76	6,19	2,82	153,66	13,25
2012	331	КАБАЧКИ, ПРИПУЩЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	130	1,41	2,48	8,01	60,74	7,32
2024	ТК № 40	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,31	0,07	15,68	65,09	0,00
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			720	28,87	13,89	82,13	590,13	28,21
Полдник								
2024	ТК № 41	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	8,77	6,00	8,97	124,77	0,18
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	140	2,74	4,50	22,17	140,39	11,20
2024	ТК № 59	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА (СОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ)	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,63	51,13	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,89	65,68	0,00
2024	ТК № 42	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
Итого			470	16,82	12,86	77,16	491,77	11,38
Всего				67,95	45,84	242,66	1 685,29	102,12