

МЕНЮ

1 сентября 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	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/20	9,68	7,62	14,46	156,93	4,12
2012	393	-ЧАЙ С ЛИМОНОМ	190/10	0,23	0,01	10,25	43,65	1,63
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	0,99	4,07	17,18	107,40	0,05
2008	пром.	ГРУША	100	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00
Итого			535	11,30	12,00	52,19	354,98	10,80
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110	4,18	3,30	13,75	101,20	0,88
Итого			110	4,18	3,30	13,75	101,20	0,88
Обед								
2008	50	-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ	50	1,00	4,78	13,16	42,21	7,00
2012	76	-РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	3,41	3,03	13,78	128,89	7,99
2008	229	-РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ	80	8,95	4,60	6,52	131,42	1,60
2012	321	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,90	6,87	24,48	152,80	4,86
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,63	1,02	17,99	91,70	0,00
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-	180	0,29	0,12	8,90	39,90	24,02
Итого			720	20,84	20,64	95,43	637,91	45,47
Уплотненный полдник								
к/к	к/к	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	1,00	2,50	11,10	53,28	0,00
2012	216	-ОМЛЕТ С СЫРОМ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	140/20	6,66	7,65	23,64	228,97	0,19
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2012	394	-ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,56	2,80	12,94	68,00	0,58
2012	458	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	45	5,10	4,27	18,26	117,84	0,65
Итого			635	17,57	18,09	81,36	546,69	1,42
Всего				53,89	54,03	242,73	1 640,78	58,57