

МЕНЮ
3 сентября 2026 г.

Сад 10 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								
2008	189	-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,35	9,21	26,01	217,21	0,78
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики)	150	2,91	5,56	17,00	129,52	0,00
2008	433	-КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,85	1,47	9,19	58,03	0,24
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	0,99	4,07	17,18	107,40	0,05
2008	пром.	МАНДАРИН	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	100	0,40	0,40	9,79	46,97	9,99
Итого			485	10,99	14,95	59,88	420,64	39,07
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								
2012	33	-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,70	3,79	4,00	48,95	1,13
2008	82	СВЕКОЛЬНИК (БОРЩ ЗЕЛЕНЫЙ) СО СМЕТАНОЙ	200	4,43	4,73	15,56	116,35	3,20
2008	82	СВЕКОЛЬНИК (БОРЩ ЗЕЛЕНЫЙ) (аллергики)	200	1,98	4,17	11,67	92,04	9,21
2012	287	-ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	70	9,09	4,39	13,15	108,03	0,38
2012	322	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,01	6,26	20,32	147,71	4,86
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,63	1,02	17,99	91,70	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,77	0,31	15,76	84,36	13,32
Итого			725	20,95	20,68	95,26	637,89	22,89
Полдник								
2012	270	-ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ)	70/10	17,38	8,57	2,93	158,00	0,55
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	70	10,65	10,76	0,02	139,27	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
2008	пром.	ПЕЧЕНЬЕ	25	1,13	2,45	17,50	104,25	0,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ-	180	0,21	0,02	8,44	38,88	3,84
Итого			300	19,71	11,17	35,23	331,72	4,39
Всего				55,83	50,10	204,12	1 491,45	67,23