

МЕНЮ
9 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	184	-КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	6,92	6,52	26,80	193,78	0,83
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики)	150	2,91	5,56	17,00	129,52	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,14	0,00	9,00	36,55	0,03
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,25	5,21	10,24	95,00	0,10
Итого			410	13,19	12,46	58,89	390,83	0,96
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ 3% ПИТЬЕВОЙ ЯБЛОКО- ГРУША	110	3,19	2,97	11,77	86,90	0,77
Итого			110	3,19	2,97	11,77	86,90	0,77
Обед								
2008	40	-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,72	2,55	3,70	41,77	12,00
2012	81	-СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	200/10	3,11	3,81	22,53	154,00	3,20
2012	277	-ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	9,95	9,46	10,72	154,00	0,75
2012	414	-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	2,02	3,72	24,64	136,76	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	402	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
Итого			715	19,71	20,63	94,39	643,21	15,95
Полдник								
2012	249	-РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	70	14,43	5,85	3,22	122,94	0,31
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергики)	70	12,80	0,50	0,00	162,00	0,50
	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	414	-КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ С ВАРЕНЬЕМ	170	3,71	3,15	13,73	99,00	0,70
Итого			280	20,26	11,58	40,81	356,78	1,01
Всего				56,35	47,64	205,86	1 477,72	18,69