

МЕНЮ
9 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								
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	8,99	36,48	0,03
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,25	5,21	10,24	95,00	0,10
Итого			410	13,19	12,46	58,88	390,76	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	2,56	3,72	41,99	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	20,64	94,41	643,43	15,95
Уплотненный полдник								
2008	пром.	-ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2012	249	-РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	75	15,44	7,09	2,57	135,46	0,32
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергики)	70	12,80	0,50	0,00	162,00	0,50
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008	414	-КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	200	4,50	3,88	15,19	114,77	0,83
2008	пром.	ПЕЧЕНЬЕ	30	1,35	2,94	21,00	125,10	0,00
Итого			385	23,68	14,22	52,33	443,02	3,65
Всего				59,77	50,29	217,39	1 564,11	21,33