

МЕНЮ
16 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	185	-КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ	150	5,28	6,21	23,56	165,64	4,83
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	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			405	11,17	12,00	53,08	349,59	4,96
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								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	50	1,45	3,01	3,04	44,83	2,20
2012	77	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ	200	5,43	5,82	10,90	118,10	6,14
2012	77	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ (аллергики)	200	1,44	2,20	10,87	69,35	5,93
2008	321	-СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ	75	11,48	13,13	4,10	180,83	0,43
2008	321	КУРА ОТВАРНАЯ (аллергики)	75	9,87	11,39	4,26	159,19	0,42
2012	344	-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	130	2,41	5,24	14,24	117,44	9,20
	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
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
Итого			695	25,96	28,62	79,05	681,29	21,57
Уплотненный полдник								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50	0,43	0,06	1,40	8,42	7,63
2012	292	-МАКАРОННИК С МЯСОМ	200	9,10	10,59	31,71	267,47	0,80
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	479	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	1,86	2,03	23,43	119,30	0,00
Итого			505	13,38	12,94	69,26	456,38	8,43
Всего				53,70	56,53	213,16	1 574,16	35,73