

МЕНЮ
18 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	189	-КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	1,78	2,02	22,09	113,67	0,00
2008	189	-КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики)	155	1,76	1,85	22,37	113,13	0,00
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,39	1,39	12,77	70,53	0,30
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	0,80	5,75	9,75	103,08	0,00
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,48	2,25	0,14	30,66	0,00
Итого			395	6,45	11,41	44,75	317,94	0,30
II Завтрак								
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,01	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,01	10,00
Обед								
2008	пром.	-ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2008	103	-СУП ОВОЩНОЙ	200	2,25	3,27	15,18	119,55	5,59
2023	1029	-КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	75	15,55	10,05	11,25	201,38	0,40
2023	1029	-КУРА ОТВАРНАЯ (аллергики)	75	11,51	5,72	0,02	99,41	0,41
2012	160	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	130	3,69	8,62	29,39	168,04	26,49
2012	160	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ (аллергики)	130	2,25	8,32	3,78	99,40	26,51
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	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			700	27,41	23,45	105,56	725,76	38,58
Уплотненный полдник								
2008	40	-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,73	2,54	3,72	41,78	12,15
2008	261	-ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	80	8,33	5,44	9,87	152,01	0,82
2008	261	-ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ (аллергики)	80	12,15	7,33	3,40	142,29	8,84
2012	205	-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	1,65	3,50	22,29	147,17	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2012	394	-ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,56	2,80	12,94	68,00	0,58
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2012	458	-ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	45	2,05	3,17	20,56	100,11	0,64
Итого			525	16,64	17,63	77,86	549,86	14,19
Всего				50,90	52,89	237,97	1 640,57	63,07