

МЕНЮ
7 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								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,82	3,53	10,28	88,80	0,16
2011	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	150	5,53	8,85	27,25	205,42	0,39
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
Итого			360	9,49	12,38	43,62	319,08	0,58
II Завтрак								
2024	ТК № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	200	5,60	5,00	9,02	113,02	1,40
Итого			200	5,60	5,00	9,02	113,02	1,40
Обед								
2024	ТК № 3	БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЯЙЦОМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/10/20	6,08	2,02	9,97	73,83	0,69
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	70	6,82	1,82	1,59	47,90	0,72
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	130	2,50	3,84	15,82	105,68	0,64
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	200	0,09	0,06	28,76	112,20	0,24
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			660	19,69	8,78	83,83	476,50	2,29
Полдник								
2024	ТК № 6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	180	28,35	15,93	25,10	350,01	0,31
2008	439	НАПИТОК КЛЮКВЫ	180	0,10	0,04	11,65	48,66	1,33
Итого			360	28,45	15,97	36,75	398,67	1,64
Всего				63,23	42,13	173,22	1 307,27	5,91