

МЕНЮ

10 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	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	0,02	3,95	0,04	35,79	0,00
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	50	1,75	7,12	1,29	75,97	0,14
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	2,52	2,54	16,11	96,54	0,43
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/10	3,80	3,05	9,49	80,93	0,07
Итого			370	8,09	16,66	26,93	289,23	0,64
II Завтрак								
		СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,49	0,00	7,17	30,43	69,62
Итого			100	0,49	0,00	7,17	30,43	69,62
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	50	0,57	2,97	3,67	43,63	5,14
2008	75	БОРЩ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,18	6,11	7,38	101,54	5,98
2008	311	ПЛОВ ГРЕЧНЕВЫЙ С МЯСОМ	160	8,73	9,73	18,28	195,87	1,13
2008	396	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	160	0,07	0,07	16,19	65,77	0,73
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,29	0,31	11,86	62,75	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,68	0,29	17,94	86,84	0,00
Итого			590	18,52	19,48	75,32	556,40	12,98
Уплотненный полдник								
2008	321	СУФЛЕ ИЗ КУР (ПАРОВОЕ)	130	9,34	14,13	4,18	181,18	0,43
1997	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ	40	0,46	1,95	5,32	40,71	0,72
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,15	0,00	8,04	33,40	0,62
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,29	0,31	11,86	62,75	0,00
Итого			370	12,24	16,39	29,40	318,04	1,77
Всего				39,34	52,53	138,82	1 194,10	85,01

Перфилова А.О.

Руденко О.В., Федотова Т.А.