

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	224	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-РИСОВАЯ СО СМЕТАНОЙ	150/5	12,77	14,21	15,73	244,77	0,24
		ЙОГУРТ	150	4,25	3,67	16,55	116,15	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,83	4,51	11,09	92,36	0,00
Итого			330	18,85	22,39	43,37	453,28	0,24
II Завтрак								
		СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,49	0,00	7,22	30,64	70,12
Итого			100	0,49	0,00	7,22	30,64	70,12
Обед								
1997	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	0,40	2,43	3,07	35,78	0,63
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180/5	4,80	7,34	4,98	105,17	6,81
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ КУРИЦЫ	60	9,88	16,63	6,47	215,02	1,48
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	0,03	4,20	0,04	38,09	0,00
2008	396	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	160	0,07	0,07	16,39	66,54	0,73
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,15	0,29	11,12	58,83	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	3,22	0,34	21,56	104,38	0,00
Итого			615	20,55	31,30	63,63	623,81	9,65
Уплотненный полдник								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	5,10	6,46	22,21	168,47	0,54
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,13	0,00	10,00	40,49	0,02
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	3,22	0,34	21,56	104,38	0,00
		БАНАН	95	0,97	0,32	12,45	57,73	2,68
Итого			480	9,42	7,12	66,22	371,07	3,24
Всего				49,31	60,81	180,44	1 478,80	83,25

Перфилова А.О.

Руденко О.В., Федотова Т.А.