

МЕНЮ

2 марта 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,2	3	8,2	62	0
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	7,2	7,3	30,1	205	0,5
	ТК№041	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,2	5,5	51	0,5
Итого			410	11,2	12,5	43,8	318	1
II Завтрак								
	ТК№051	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	1	0,2	20,2	92	4
Итого			180	1	0,2	20,2	92	4
Обед								
	ТК№043	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4		1,3	7	0
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	190/10	8,8	4,5	28	181	4,8
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	1,6	4,3	4,8	58	0
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	4,3	4,1	14,3	104	14,5
	ТК№052	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	8,9	37	1,1
	ТК№029	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,2	12,7	61	0
	ТК№033	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,6	1,1	18,1	92	0
Итого			705	19,8	14,3	88,1	540	20,4
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	10,5	9,9	11,1	178	2
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	3,3	4,6	27,9	152	14,2
	ТК№013	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0,3	0,1	2,2	12	7,2
	ТК№029	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,2	12,7	61	0
	ТК№045	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,5	79	0
	ТК№024	ЙОГУРТ В ИНД, УПАКОВКЕ	100					0
Итого			560	18,4	15,7	69,4	482	23,4
Всего				50,4	42,7	221,5	1432	48,8