

МЕНЮ

4 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	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	1,6	9	10,4	119	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	5,6	6,8	31,6	202	0,6
	ТК№038	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,7	2,2	4,4	47	0,5
Итого			420	9,9	18	46,4	368	1,1
II Завтрак								
	ТК№051	ГРУША СВЕЖАЯ	180	0,4	0,3	9,9	45	4,8
Итого			180	0,4	0,3	9,9	45	4,8
Обед								
	ТК№043	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4		1,3	7	0
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	189/10/1	4,5	4,4	16	120	8,8
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	70	24,2	9,7	2,1	216	19,3
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	130	2,8	6	14,6	118	12,4
	ТК№031	КИСЕЛЬ ИЗ БРУСНИКИ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	200	1	1,3	15	76	0
	ТК№019	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
	ТК№012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	40	0
Итого			680	35	22	63,1	608	40,5
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	175	29,2	17,6	15,7	348	0,3
	ТК№055	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	1,1	0,1	10,3	46	0,4
	ТК№042	МАНДАРИН	100	2,7	3	13	90	0
	ТК№024	ЙОГУРТ В ИНД, УПАКОВКЕ	100					0
	ТК№033	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,6	1,1	18,1	92	0
Итого			590	35,6	21,8	57,1	576	0,7
Всего				80,9	62,1	176,5	1597	47,1