

МЕНЮ

5 мая 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 СЫРОМ	40	6,4	8,9	12,6	131	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	5,1	6,7	25,7	176	0,6
	ТК№038	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,8	2,3	4,5	48	0,5
Итого			420	14,3	17,9	42,8	355	1,1
II Завтрак								
	ТК№039	ЯБЛОКО	100	2,6	2,9	12,4	86	0
Итого			100	2,6	2,9	12,4	86	0
Обед								
	ТК№040	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,5	0,1	1,9	11	0
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	189/10/1	5,9	5,4	19,5	149	7,7
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	13	12,7	2,2	187	0,1
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,8	3,9	29,2	163	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,8	0,3	9,7	57	88,9
	ТК№005	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	41	0
	ТК№012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	40	0
Итого			665	27,5	23,1	78,7	648	96,7
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	1,1	4,4	2,5	48	0,8
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	3,1	4,6	25,9	143	13,1
	ТК№013	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0,2	0,1	2	10	6,4
	ТК№014	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	60	6,1	1,9	31,6	165	0,2
	ТК№022	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,8	0,8	12,8	66	0
Итого			510	14	12	85,4	483	20,5
Всего				58,4	55,9	219,3	1572	118,3