

МЕНЮ

6 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2,3	9,1	14,9	142	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6	6,7	24,8	175	0,6
	ТК№044	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,9	3,2	5,6	66	0,6
Итого			410	12,2	19	45,3	383	1,2
II Завтрак								
	ТК№042	ЯБЛОКО	100	0,6	0,6	13,8	66	14,1
Итого			100	0,6	0,6	13,8	66	14,1
Обед								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	50	5,1	4,6	0,3	63	0
	ТК№049	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	50	2,7	9,9	4,3	108	2
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	185/10/5	4,8	6,8	15,1	141	8,1
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	10,3	11,8	2	163	0,1
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	5,7	4	34,9	190	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,5	0,1	13,3	56	0
	ТК№014	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК№006	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	53	0
Итого			725	32,3	38	90,8	825	10,2
Полдник								
	ТК№043	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4		1,3	7	0
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	21	16,8	26,7	348	17,6
	ТК№050	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	1,1	0,1	10,3	46	0,4
	ТК№014	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	5,5	4,1	32,5	184	0
Итого			525	29,7	21,2	81,4	636	18
Всего				74,8	78,8	231,3	1910	43,5