

МЕНЮ

6 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,7	2,9	11,3	76	0
2012	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	2,4	2,5	3,8	47	5,4
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	13,6	17,2	3,2	207	0,3
	ТК№041	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,6	2,7	6,9	65	0,6
Итого			410	21,3	25,3	25,2	395	6,3
II Завтрак								
	ТК№042	ГРУША	100	0,4	0,3	10,1	46	4,9
Итого			100	0,4	0,3	10,1	46	4,9
Обед								
	ТК№043	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4		1,3	7	0
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	184/10/5	4,6	2,8	9,2	83	12,8
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	35/35	10,3	8,6	2,6	138	2,8
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,7	5,4	33,3	203	0
2012	393	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,1		0,3	1	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			674	25,2	17,4	60,8	503	15,6
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	15	12,5	14,8	239	25,8
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,6	5,3		53	0
	ТК№020	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1		0,5	5	2,4
	ТК№029	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,2	12,7	61	0
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	6,5	11,7	38,4	268	0
Итого			485	27,2	29,7	66,4	626	28,2
Всего				74,1	72,7	162,5	1570	55