

МЕНЮ
10 марта 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор-н ик рецеп-т ур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,9	8	12,9	125	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	5,4	7,5	27	188	0,6
	TKN№038	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3	2,4	4,9	52	0,5
Итого			420	14,3	17,9	44,8	365	1,1
II Завтрак								
	TKN№039	ГРУША	100	0,4	0,3	10,3	47	5
Итого			100	0,4	0,3	10,3	47	5
Обед								
	TKN№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,4		0,9	7	0
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	189/10/1	5,9	5,4	18,7	148	7,3
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	26	10,1	21,5	304	19,8
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,8	0,3	9,7	57	88,9
	TKN№005	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	41	0
	TKN№012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	40	0
Итого			665	35,6	16,5	67	597	116
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	1,1	4,4	2,5	48	0,8
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,9	4,5	23,8	134	12
	TKN№013	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0,2	0,1	1,9	10	6,1
	TKN№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
	TKN№022	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,8	0,8	12,8	66	0
Итого			510	13,8	11,9	83,2	474	19,1
Всего				64,1	46,6	205,3	1483	141,2