

МЕНЮ
16 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,2	3,7	8,2	67	0
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	8	8,8	32,2	230	0,6
	ТК№041	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,4	2,6	6,5	62	0,6
Итого			410	12,6	15,1	46,9	359	1,2
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№043	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4		1,3	7	0
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	190/10	9,2	4,4	29,5	188	4,9
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	1,7	3,9	5,4	58	0
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	3,7	3,4	13,1	94	13,5
	ТК№052	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	9	38	1,1
	ТК№029	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,2	12,7	61	0
	ТК№033	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,6	1,1	18,1	92	0
Итого			705	19,7	13,1	89,1	538	19,5
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	10,6	10,2	10	177	2
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	3,1	4,6	25,9	143	13,1
	ТК№013	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0,3	0,1	2,3	12	7,5
	ТК№029	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,2	12,7	61	0
	ТК№045	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,5	79	0
	ТК№024	ЙОГУРТ В ИНД, УПАКОВКЕ	100					0
Итого			560	18,3	16	66,4	472	22,6
Всего				53,2	47,1	214,8	1455	43,3