

МЕНЮ

19 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	5,9	8	12,9	125	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	3,2	7,7	6,3	98	0,6
	ТК№038	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,7	2,2	4,4	47	0,5
Итого			420	11,8	17,9	23,6	270	1,1
II Завтрак								
	ТК№039	ГРУША	100	0,4	0,3	10,3	47	5
Итого			100	0,4	0,3	10,3	47	5
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	5,7	5,1	20,6	151	7,9
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	22,8	8,8	18,5	265	16,2
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	32,3	15	66,9	565	113
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	0,8	4,1	2	42	0,7
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	3,3	4,6	27,9	152	14,1
	ТК№013	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0,4	0,1	3,3	17	10,7
	ТК№014	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	60	5,8	1,7	31,2	159	0,1
	ТК№022	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,8	0,8	12,8	66	0
Итого			510	13,8	11,5	87,8	487	25,6
Всего				58,3	44,7	188,6	1369	144,7