

МЕНЮ
30 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	3,4	8,2	66	0
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	8,8	8,9	36,4	250	0,7
	ТК№041	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,6	2,8	7	66	0,6
Итого			410	13,6	15,1	51,6	382	1,3
II Завтрак								
	ТК№051	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,2	18,4	84	3,6
Итого			180	0,9	0,2	18,4	84	3,6
Обед								
	ТК№043	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4		1,3	7	0
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	190/10	6,9	4,4	24,1	157	4
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	1,6	3,9	5	57	0
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	4,6	5,7	14,9	128	14
	ТК№052	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	9,7	41	1,4
	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	18,2	15,4	85,8	543	19,4
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	10,7	10,2	9,9	178	2,1
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,9	4,5	23,8	134	12
	ТК№013	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0,3	0,1	2,3	12	7,3
	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	18,2	15,9	64,2	464	21,4
Всего				50,9	46,6	220	1473	45,7