

МЕНЮ
22 июля 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	5,6	7,5	12,9	121	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	4,9	6,6	24,7	169	0,5
	ТК№038	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,6	2,2	4	44	0,5
Итого			420	13,1	16,3	41,6	334	1
II Завтрак								
	ТК№051	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,2	18,2	83	3,6
Итого			180	0,9	0,2	18,2	83	3,6
Обед								
	ТК№043	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4		1,3	7	0
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	189/10/1	4,1	4,1	14,5	110	7,9
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	70	12,6	7,7	1,8	135	10,1
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	130	2,3	5,3	12	99	8,8
	ТК№031	КИСЕЛЬ ИЗ БРУСНИКИ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	200	1	1,3	15	76	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			680	22,5	19	58,7	498	26,8
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	175	30,6	18,2	15,8	360	0,3
	ТК№055	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0,9	0,1	14,1	61	0,3
	ТК№042	МАНДАРИН	100	2,7	3	13	90	0
	ТК№024	ЙОГУРТ В ИНД, УПАКОВКЕ	100					0
	ТК№033	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,6	1,1	18,1	92	0
Итого			590	36,8	22,4	61	603	0,6
Всего				73,3	57,9	179,5	1518	32