

МЕНЮ
23 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,2	3	8,2	62	0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,2	8	20,8	170	0,5
	TKN№041	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,9	2,2	5,6	52	0,5
Итого			410	10,3	13,2	34,6	284	1
II Завтрак								
	TKN№035	БАНАН	100	2,8	3,1	13,5	93	0
Итого			100	2,8	3,1	13,5	93	0
Обед								
	TKN№036	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4		0,9	5	0
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ПЕТРУШКОЙ	184/10/5	4,2	6	7,5	102	7,7
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	70			0,4	2	0,1
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	4,6	21,2	127	10,4
	TKN№034	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,2		0,3	3	1,1
	TKN№029	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,2	12,7	61	0
	TKN№022	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,8	0,8	12,8	66	0
Итого			717	11,7	11,6	55,8	366	19,3
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	14,4	12,3	13,5	229	22,7
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,4	0,8	1,8	17	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	2,9	4	9,7	86	0
	TKN№029	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,2	12,7	61	0
	TKN№045	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,5	79	0
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	75	5,2	4,5	23,3	148	7
Итого			565	27,2	22,7	76,5	620	29,7
Всего				52	50,6	180,4	1363	50