

МЕНЮ

30 июня 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-воды, 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№039	ЯБЛОКО	100	2,6	2,9	12,4	86	0
Итого			100	2,6	2,9	12,4	86	0
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	4,6	4,8	17,2	129	6,9
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	24,4	9,1	21,1	286	18,6
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	7,9	46	72
	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	32,6	15	64,3	553	97,5
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	0,8	4,1	2	42	0,7
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,9	4,5	23,8	134	12
	ТК№013	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0,2	0,1	1,9	10	6,2
	ТК№014	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	60	5,6	1,7	31,2	158	0,1
	ТК№022	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,8	0,8	12,8	66	0
Итого			510	13	11,4	82,3	461	19
Всего				61,3	45,6	200,6	1434	117,5