

МЕНЮ
9 сентября 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	1,6	3,4	10,9	78	0
2012	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	2,5	5	3,9	68	5,5
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	14,9	19,5	2,9	230	0,2
	TKN№041	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,2	2,4	6,3	58	0,5
Итого			410	22,2	30,3	24	434	6,2
II Завтрак								
	TKN№042	МАНДАРИН	100	2,7	3	13	90	0
Итого			100	2,7	3	13	90	0
Обед								
	TKN№043	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4		1,3	7	0
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	184/10/5	4,9	3,4	11,2	96	12,6
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	35/35	10,2	8,9	2,6	139	2,7
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	9,7	6,4	42,2	254	0
2012	393	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,2		0,3	2	0
	TKN№019	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
	TKN№012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	40	0
Итого			674	27,5	19,3	71,7	569	15,3
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	15,6	13,4	15,8	255	28,3
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	4,1	6,2		60	0
	TKN№020	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1		0,5	5	2,4
	TKN№029	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,2	12,7	61	0
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	6,3	15,3	38,4	298	0
Итого			485	28,1	35,1	67,4	679	30,7
Всего				80,5	87,7	176,1	1772	52,2