

МЕНЮ
22 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,3	7	12,4	115	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6	7,9	32,7	215	0,6
	TKN№038	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3	2,4	4,6	50	0,5
Итого			420	14,3	17,3	49,7	380	1,1
II Завтрак								
	TKN№039	ЯБЛОКО	100	2,6	2,9	12,4	86	0
Итого			100	2,6	2,9	12,4	86	0
Обед								
	TKN№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	5,9	7,2	25,8	190	10,1
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	23,7	10,5	21,4	292	18
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,9	0,4	11,3	66	102,6
	TKN№005	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	41	0
	TKN№012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	40	0
Итого			665	33,5	18,9	76,6	640	130,7
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	0,8	4,6	2,2	48	0,7
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	4	5,3	32,8	178	16,6
	TKN№013	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0,2	0,1	2	11	6,6
	TKN№014	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	60	6	1,8	33,4	169	0,1
	TKN№022	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,8	0,8	12,8	66	0
Итого			510	14,5	12,8	93,8	523	24
Всего				64,9	51,9	232,5	1629	155,8