

МЕНЮ
23 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	1,9	3,8	12,9	90	0
2012	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	2,5	2,8	3,9	50	5,5
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	13,6	18,8	3,2	219	0,3
	TKN№041	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,6	2,7	6,9	66	0,6
Итого			410	21,6	28,1	26,9	425	6,4
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	5	3,4	11,5	99	12,8
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	35/35	10,4	8,8	2,7	141	3
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,9	5,5	34,4	209	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	26	18,3	64,3	529	15,8
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	15	12,4	15,2	240	27
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	6,5	11,8	38,5	268	0
Итого			485	27,7	30,6	66,9	634	29,4
Всего				78	80	171,1	1678	51,6