

МЕНЮ

9 июня 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2024	32	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	20	0,59	0,04	1,25	7,68	0,79
2024	61	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	149	8,03	13,84	2,40	215,70	0,20
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,11	0,00	8,35	33,81	0,02
2012	368	ГРУША	105	0,42	0,32	10,82	49,35	5,25
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			469	9,84	14,33	29,18	337,13	6,26
II Завтрак								
2024	62	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	202	3,48	5,05	9,09	80,80	0,61
Итого			202	3,48	5,05	9,09	80,80	0,61
Обед								
2011	27	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	51	0,56	3,14	1,93	39,13	38,81
2024	28	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	170/15/15	3,57	5,85	8,79	98,23	6,68
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	133	2,87	4,46	18,92	128,97	9,09
2024	ТК № 35	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	77	9,18	7,25	20,54	130,46	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ АБРИКОСОВЫЙ	153	0,74	0,14	18,85	73,44	3,05
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	41	2,63	1,17	20,84	106,11	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,92	0,17	8,48	40,79	0,00
Итого			675	20,47	22,18	98,35	617,13	57,63
Полдник								
2012	320	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	134	3,28	2,55	6,92	64,16	29,86
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	72	9,13	4,81	18,15	137,02	0,24
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	200/12	0,21	0,05	14,21	49,51	0,21
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	64	4,13	5,21	64,27	218,05	0,06
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,01	0,17	8,46	40,68	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,77	0,79	13,99	71,26	0,00
Итого			529	19,53	13,58	126,00	580,68	30,37
Всего				53,32	55,14	262,62	1 615,74	94,87

Ответственный _____ Капитонова В.А.