

МЕНЮ

4 марта 2026 г.

Сад 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	25	1,16	2,59	14,42	84,59	1,58
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	5,11	6,30	14,76	164,81	0,57
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики)	150	1,59	2,89	23,06	124,59	0,00
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,52
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК БЕЗ МОЛОКА (аллергики)	200	0,33	0,00	8,19	34,07	0,00
Итого			375	9,44	11,37	42,20	304,65	2,67
II Завтрак								
2024	ТК № 49	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ	206	5,78	5,16	9,31	116,67	1,45
к/к	к/к	ВОДА питьевая (аллергики)	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			206	5,78	5,16	9,31	116,67	1,45
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ	50	1,83	1,94	8,25	57,77	0,94
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	170/20	5,05	7,17	15,35	134,04	5,81
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	95	10,16	10,91	8,99	213,95	15,23
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	2,77	3,00	11,76	85,86	8,14
2011	317	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (аллергики)	130	1,86	0,19	8,63	44,34	7,85
2024	ТК № 52	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,29	0,09	14,04	59,37	0,16
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			690	23,30	24,02	79,72	657,28	30,28
Полдник								
2024	ТК № 18	САЛАТ "ЛЕТНИЙ" (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ, ПОМИДОРЫ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, УКРОП, ПЕТРУШКА)	45	0,49	0,06	1,71	9,66	40,00
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	50	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00
2012	368	ГРУША СВЕЖАЯ	88	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	188	0,94	0,19	18,94	86,25	3,75
2024	ТК № 53	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			391	8,23	5,63	41,53	256,21	48,75
Всего				46,75	46,18	172,76	1 334,81	83,15