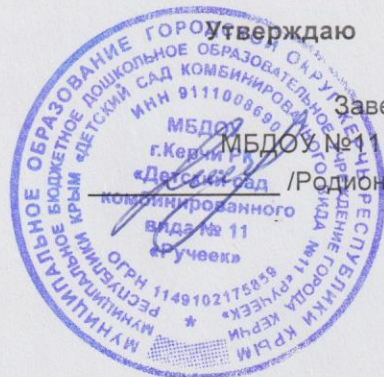




МЕНЮ

10 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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	170	6,14	7,57	26,77	200,79	1,10
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,01	0,00	9,72	39,10	0,19
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50	3,53	4,68	23,08	148,62	0,00
Итого			400	9,68	12,25	59,57	388,51	1,29
II Завтрак								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,72	0,06	7,04	32,25	1,14
Итого			60	0,72	0,06	7,04	32,25	1,14
Обед								
2012	59	БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ)	200	2,47	5,26	12,15	106,84	12,37
2008	265	ПЛОВ	185	3,44	6,25	33,40	204,19	1,55
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	29	0,23	0,03	0,49	3,73	1,43
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,26	0,17	8,05	38,75	0,00
Итого			623	11,20	12,11	89,01	512,74	18,35
Полдник уплотненный								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	65	6,23	8,27	1,32	104,64	0,11
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,56	2,62	3,33	39,15	1,56
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,06	0,17	13,55	63,94	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,01	0,00	14,24	57,16	0,19
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,78	46,89	9,98
Итого			412	9,26	11,46	42,22	311,78	11,84
Всего				30,86	35,88	197,84	1 245,28	32,62

Повар _____

Сагоцкая Н.А.