



МЕНЮ

16 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	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	4,51	7,12	15,21	143,36	0,44
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0,01	0,00	9,73	39,21	0,25
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,56	0,21	16,82	79,40	0,00
Итого			409	7,08	7,33	41,76	261,97	0,69
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	87	0,35	0,35	8,51	40,83	8,69
Итого			87	0,35	0,35	8,51	40,83	8,69
Обед								
2012	59	БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ)	200	2,45	5,34	11,90	106,24	12,14
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25	0,20	0,03	0,43	3,28	1,26
2012	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	90	1,37	3,24	8,92	70,34	0,00
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	165	6,06	4,88	38,69	223,16	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,79	47,11	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	1,09	0,14	6,98	33,59	0,00
Итого			726	14,99	13,94	103,80	602,13	13,40
Полдник уплотненный								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	61	4,59	6,00	45,51	255,10	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,86	2,20	15,49	93,86	0,47
2008		ЯБЛОКО	87	0,35	0,35	8,51	40,83	8,69
Итого			328	7,80	8,55	69,51	389,79	9,16
Всего				30,22	30,17	223,58	1 294,72	31,94

Повар _____

Сагоцкая Н.А.