



МЕНЮ

21 апреля 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	4,57	8,01	17,59	161,35	0,48
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,69	3,05	13,62	97,79	0,58
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	80	4,61	4,50	30,15	179,49	0,00
Итого			440	12,87	15,56	61,36	438,63	1,06
II Завтрак								
2012	368	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	7,44	3,84	20,90	148,12	3,65
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	1,90	9,43	11,15	137,15	5,44
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,54	6,92	38,76	251,47	0,00
2012	312	КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ	80	13,94	15,63	4,78	215,21	0,95
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,40	0,28	22,35	105,49	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	1,14	0,15	7,32	35,23	0,00
Итого			732	36,36	36,25	116,88	939,11	10,04
Полдник уплотненный								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	6,53	12,28	55,24	356,40	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,01	0,00	9,72	39,10	0,19
2008		ЯБЛОКО	132	0,53	0,53	12,94	62,05	13,20
Итого			422	7,07	12,81	77,90	457,55	13,39
Всего				56,30	64,62	256,14	1 835,29	24,49

Повар _____

Сагоцкая Н.А.