



МЕНЮ

21 мая 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	160	4,26	4,41	13,53	111,66	0,58
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,49	2,90	14,91	100,69	0,56
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	65	3,57	4,42	23,31	147,20	0,00
Итого			405	11,32	11,73	51,75	359,55	1,14
II Завтрак								
2012	368	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	71	1,03	0,34	14,39	65,76	2,82
Итого			71	1,03	0,34	14,39	65,76	2,82
Обед								
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	6,58	6,61	8,50	120,02	4,38
2012	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	155	4,48	5,17	20,24	145,19	0,00
2012	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	60	9,07	10,24	7,02	156,29	0,40
2008		ТОМАТЫ СОЛЕННЫЕ	80	0,88	0,00	1,92	11,20	8,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	149	0,74	0,15	14,70	63,86	2,97
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,65	0,22	17,44	82,32	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,49	0,33	15,95	76,73	0,00
Итого			717	26,89	22,72	85,77	655,61	15,75
Полдник уплотненный								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	8,13	14,57	1,54	169,80	0,12
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,01	0,00	14,11	56,65	0,18
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,78	0,14	11,71	55,26	0,00
Итого			288	9,92	14,71	27,36	281,71	0,30
Всего				49,16	49,50	179,27	1 362,63	20,01

Повар _____

Сагоцкая Н.А.