



МЕНЮ

10 июня 2026 г.

Сад 10,5 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,71	4,44	15,63	122,11	0,63
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,01	0,00	11,69	47,05	0,22
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	100	6,09	4,62	39,90	225,54	0,00
Итого			485	10,81	9,06	67,22	394,70	0,85
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	207	6,24	0,21	8,32	64,48	2,08
Итого			207	6,24	0,21	8,32	64,48	2,08
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	1,99	2,33	17,09	97,47	5,44
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	155	3,64	4,22	15,32	115,94	32,67
2012	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	80	10,65	13,11	10,09	200,96	0,61
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	67	0,53	0,07	1,67	9,35	6,68
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,65	46,59	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	59	4,54	0,37	29,83	140,78	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,25	0,17	8,01	38,53	0,00
Итого			760	22,60	20,27	93,66	649,62	45,40
Полдник уплотненный								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	80	1,21	3,45	10,46	77,55	0,01
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	152	4,27	3,68	7,06	79,44	0,79
Итого			232	5,48	7,13	17,52	156,99	0,80
Всего				45,13	36,67	186,72	1 265,79	49,13

Повар _____

Сагоцкая Н.А.