

МЕНЮ
10 августа 2026 года

Сад 12 часов

Сбор-н ик рецеп-т ур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,74	3,46	10,07	87,02	0,07
2011	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	150	5,34	7,97	14,83	150,34	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК № 1	БАНАН СВЕЖИЙ	102	1,53	0,51	21,42	97,92	10,22
Итого			462	10,75	11,94	52,41	360,14	10,32
II Завтрак								
2024	ТК № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	203	2,97	5,05	13,18	91,24	0,00
Итого			203	2,97	5,05	13,18	91,24	0,00
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	55	0,91	3,26	4,25	51,32	15,57
2024	ТК № 3	БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЯЙЦОМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	260/10/20	5,40	4,54	1,51	68,55	5,89
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	80	6,73	13,09	2,99	87,09	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	145	1,02	8,52	3,15	93,90	0,74
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	200	0,09	0,06	30,97	122,13	0,24
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,64	0,35	16,92	81,38	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,26	0,88	15,42	78,60	0,00
Итого			840	19,05	30,70	75,21	582,97	22,44
Полдник								
2024	ТК № 6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	215	14,85	17,99	37,66	387,88	0,00
2012	361	СОУС КЛЮКВЕННЫЙ	40	0,50	0,01	4,83	19,86	0,00
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	180	0,90	0,00	22,86	99,00	0,00
2024	ТК № 7	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			475	19,25	19,16	85,91	611,54	0,00
Всего				52,02	66,85	226,71	1 645,89	32,76