

Утверждаю



МЕНЮ

10 августа 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								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	160/8/5	5,87	6,42	25,69	184,48	0,02
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/5	2,33	4,19	15,13	107,49	0,00
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
Итого			398	8,39	10,61	50,91	333,08	0,06
II Завтрак								
2008	442	СОК /ФРУКТ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Итого			200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Обед								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	45	0,58	6,08	3,96	73,17	2,80
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ	200	1,46	3,08	7,10	62,53	9,69
2012	282	КОТЛЕТЫ, РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	14,23	16,81	6,67	235,12	0,62
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,47	5,44	24,72	169,37	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0,00	0,00	14,52	58,05	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,21	0,43	20,56	98,92	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
Итого			683	26,48	31,96	87,57	744,52	13,11
Полдник								
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	55/10	1,65	1,31	11,83	66,31	0,22
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	45	9,15	9,72	36,62	270,84	0,06
Итого			110	10,80	11,03	48,45	337,15	0,28
Ужин								
2012	418	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	160/5	3,85	3,94	20,97	134,98	0,26
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	52	3,93	0,32	25,84	121,96	0,00
Итого			407	7,97	4,26	56,90	298,05	0,30
Всего				54,64	58,06	263,63	1 798,80	17,75

Кирияшина А.А.