



МЕНЮ

12 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								
2008	328	КАША "ДРУЖБА"	160/5	6,06	5,79	31,25	202,05	0,62
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/5	2,19	4,18	14,24	103,28	0,00
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,06	0,00	9,80	39,40	0,01
Итого			390	8,31	9,97	55,29	344,73	0,63
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								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА М,К,Б	200	3,59	6,34	20,04	151,60	3,65
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	14,65	13,22	12,53	228,07	6,91
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0,00	0,00	14,52	58,05	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,70	0,36	17,31	83,28	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
Итого			601	22,47	20,04	74,44	568,36	10,56
Полдник								
2008	435	КЕФИР	180	5,22	4,50	7,20	95,40	1,26
2008		ПЕЧЕНЬЕ/ВАФЛИ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого			210	7,47	7,44	29,52	220,50	1,26
Ужин								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	100/20	11,13	9,03	16,82	194,41	0,10
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,06	0,00	9,80	39,40	0,01
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,69	0,30	24,25	114,46	0,00
Итого			358	14,88	9,33	50,87	348,27	0,11
Всего				54,13	46,98	229,92	1 567,86	16,56

Кирьяшина А.А.