



МЕНЮ

5 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	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	120/50	20,25	15,17	18,23	293,57	0,31
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,52	2,93	13,22	94,38	0,57
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	46	3,50	0,28	23,04	108,72	0,00
Итого			396	27,27	18,38	54,49	496,67	0,88
II Завтрак								
2008		СОК/ФРУКТ	100	0,58	0,00	32,01	131,92	4,80
Итого			100	0,58	0,00	32,01	131,92	4,80
Обед								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	45	0,58	2,36	3,92	39,52	2,76
2012	110	СУП ЛАПША ДОМАШНЯЯ	200	2,29	3,06	14,08	93,12	3,53
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	16,65	16,61	36,71	363,12	1,06
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0,00	0,00	14,52	58,05	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42/20	2,80	0,37	17,92	86,22	0,00
Итого			647	22,32	22,40	87,15	640,03	7,35
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ	180	0,00	0,00	19,30	77,21	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ/ВАФЛИ	30	0,81	0,96	22,49	103,01	0,00
Итого			210	0,81	0,96	41,79	180,22	0,00
Ужин								
2008	185	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	160/5	5,59	5,63	24,67	172,30	0,52
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	185/10	0,01	0,00	9,70	38,81	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	77	5,86	0,48	38,55	181,92	0,00
Итого			437	11,46	6,11	72,92	393,03	0,52
Всего				62,44	47,85	288,36	1 841,87	13,55

Кирияшина А.А.