

МЕНЮ
6 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		ОМЛЕТ С СЫРОМ	130/8	10,06	14,02	1,97	174,93	0,19
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/5/5	2,35	4,19	15,31	108,33	0,00
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,17	0,00	10,05	40,88	0,04
Итого			368	12,58	18,21	27,33	324,14	0,23
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								
2012	34	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	0,48	1,81	2,80	29,28	1,32
2008	94	СУП КРСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	1,36	2,76	11,75	77,41	2,17
2008	309	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	145	15,66	17,32	19,92	298,92	9,26
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	44/20	2,92	0,39	18,69	89,93	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,62	0,13	10,66	50,32	0,00
Итого			660	22,04	22,41	73,50	584,56	12,75
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2008	453	ВАТРУШКИ ИЗ ТВОРОГА	35	8,50	11,17	39,29	292,02	0,03
Итого			215	13,56	15,54	47,67	386,30	0,97
Ужин								
2008	184	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	160/5	4,83	5,17	21,47	151,62	0,52
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,17	0,00	10,05	40,88	0,04
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	52	3,95	0,32	26,00	122,72	0,00
Итого			407	8,95	5,49	57,52	315,22	0,56
Всего				57,71	61,65	238,03	1 742,14	19,31

Кирияшина А.А.