

МЕНЮ
15 сентября 2026 г.
Сад 10 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	78	0
2012	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,5	1	6	39	0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	5,4	7	15	145	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,2	22	93	0
Итого			410	10,7	12,3	50	355	0
II Завтрак								
	ТК№048	ГРУША	100	2,6	2,9	12,4	86	0
Итого			100	2,6	2,9	12,4	86	0
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,4	2	3,9	36	0
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	185/10/5	4,5	6,2	12,4	123	0
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	8	3,2	15,8	124	0
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	150	2,4	7,6	22	166	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,4	0,1	10	42	0
	ТК№014	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК№022	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,8	0,8	12,8	66	0
Итого			700	19,2	20,1	87,5	608	0
Полдник								
	ТК№059	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,6		33	136	12
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	5,3	5,3	29,3	186	0
Итого			250	5,9	5,3	62,3	322	12
Всего				38,4	40,6	212,2	1371	12