

МЕНЮ

26 марта 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, | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | 140/20 | 8,30 | 6,21 | 12,59 | 138,18 | 0,00 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 1,39 | 1,39 | 12,77 | 70,53 | 0,30 |
| 2012 | 2 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ | 35 | 1,03 | 4,23 | 17,87 | 111,70 | 0,05 |
| 2008 | пром. | МАНДАРИН | 100 | 0,73 | 0,18 | 6,85 | 34,69 | 34,69 |
| Итого | | | 486 | 11,45 | 12,01 | 50,08 | 355,10 | 35,04 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | ЙОГУРТ 2,5% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ | 125 | 3,40 | 3,04 | 5,47 | 68,52 | 0,35 |
| Итого | | | 125 | 3,40 | 3,04 | 5,47 | 68,52 | 0,35 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 23 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА) | 50 | 0,37 | 0,05 | 2,62 | 5,98 | 1,73 |
| 2012 | 67 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 200 | 3,64 | 3,27 | 10,18 | 139,55 | 5,59 |
| 2008 | 256 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 80 | 10,36 | 7,40 | 20,75 | 148,78 | 8,53 |
| 2012 | 205 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 130 | 1,80 | 9,30 | 25,42 | 173,20 | 0,00 |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 180 | 0,89 | 0,18 | 18,07 | 76,92 | 3,58 |
| | TK №002 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,38 | 0,18 | 8,84 | 42,55 | 0,00 |
| | TK №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 78,60 | 0,00 |
| Итого | | | 695 | 20,69 | 21,25 | 101,30 | 665,58 | 19,43 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2023 | 1088 | САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА | 50 | 1,45 | 2,96 | 3,04 | 44,49 | 2,20 |
| 2012 | 160 | КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ | 160 | 5,73 | 6,91 | 27,14 | 207,80 | 31,07 |
| 2012 | 394 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | 2,56 | 2,80 | 12,94 | 68,00 | 0,58 |
| 2012 | 458 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 45 | 4,59 | 3,84 | 20,93 | 133,06 | 0,59 |
| | TK №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,88 | 0,73 | 12,88 | 65,66 | 0,00 |
| Итого | | | 465 | 16,21 | 17,24 | 76,93 | 519,01 | 34,44 |
| Всего | | | | 51,75 | 53,54 | 233,78 | 1 608,21 | 89,26 |

Медицинская сестра _____