



МЕНЮ

30 июня 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,4	6,9	10	69	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,9	6,8	29	200	0,5
2021	040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	1,8	13,6	77	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180			5,9	24	0
Итого			415	12,5	15,5	52,6	346	0,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (яблоко)	180	1	0,2	17,8	78	0
Итого			180	1	0,2	17,8	78	0
Обед								
2021	001	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,5	0,1	1,9	12	0
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	4,8	4,6	17,2	129	6,8
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	19,3	21	22	355	0
	027	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,2	22	93	0
2021	003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2021	004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			676	27,7	26,6	79,8	672	6,8
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	11,6	11,7	0,3	113	0
2008	252a	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	70	20,5	17,6	0,4	242	0,1
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,6	17,5	119	0
2021	051	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	21,7	88	0
2021	003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	2	4,6	24,1	164	0
Итого			445	17,4	21,1	70	515	0
Всего				58,6	63,4	220,2	1611	7,3