

МЕНЮ 31 июля 2026 г.

Сад 12 часов

Сад 12 часов							
Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)					
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	5		4,2		38
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	5,8	7,6	23,9	188
2008	117	БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	180	3,2	3,2	17,7	113
Итого			35	2,6	1	17,9	92
			400	11,6	16	59,5	431
Обед							
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ					
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	50	0,7	4,8	3,9	61
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	200/0/8	3,3	5,3	20	146
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	50/30	14,6	10,8	5,6	196
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	130	3,5	5,1	21,8	147
2008	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,5	0,2	19,6	90
2008	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	2,5	0,4	15,8	85
Итого			27	1,8	0,2	11,6	56
			709	26,9	26,8	98,3	781
Полдник							
2011	5/12	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70				
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	12	8,1	43,5	295
Итого			255			11,6	47
Всего				12	8,1	55,1	342
				50,5	50,9	212,9	1554