



МЕНЮ
3 марта 2026 г.
Сад 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	180	4,9	7,8	25,8	191	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ №397	180	2,3	2,6	13	84	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №13	8		6,5	0,1	59	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ к/к	35	2,6	1,1	17,3	89	0
Итого			403	9,8	18	56,2	423	0
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	100	3	2,6	4,1	55	0
Итого			100	3	2,6	4,1	55	0
Обед								
2010	81	СУП С БОБОВЫМИ С МЯСОМ №81	180	8,6	6,8	23,5	190	0
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №181	130	5,9	6	26,8	184	0
2008	272	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ П/Ф	70					0
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	50	0,6	2,7	2,7	38	0,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ №402	180			9,6	38	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ к/к	25	1,9	0,2	22,8	101	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ к/к	30	2,3	0,3	14,6	71	0
Итого			665	19,3	16	100	622	0,4
Полдник								
2008	346	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	170	3,4	4,8	17,9	129	0,5
2008	442	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180			9,6	38	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ к/к	25	1,9	0,2	22,8	101	0
Итого			375	5,3	5	50,3	268	0,5
Всего				37,4	41,6	210,6	1368	0,9