

МЕНЮ
20 октября 2026 г.
Сад (Карп-го, 21)

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2011	5/13	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (сыр полутвердый)	14	3,8	3,9		51	0,3
2011	2/4	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупка гречневая , молоко , вода , сахар песок, соль, масло сливочное)	180	6,6	3,7	26,7	172	0,2
2011	13.10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, молоко , сахар песок, вода)	200	3,6	0,6	14,4	89	0,3
2011	1/13	БАТОН (батон с каратином)	43	3,2	1,2	22	112	0
Итого			437	17,2	9,4	63,1	424	0,8
II Завтрак								
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ НА ЦЕЛЫЙ ДЕНЬ (вода питьевая (5л), вода питьевая 1,5)	340					0
Итого			340					0
Обед								
	40	Суп овсяный на мясном бульоне (крупка "геркулес", картофель, лук репчатый, морковь, сметана , соль, вода)	250	3,3	1,8	20,2	108	5,3
2011	8/3	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, мука , сахар песок, соль, масло растительное, мясо говядины б/к, паста томатная , масло сливочное , лавровый лист)	180	14,3	16,2	13,4	245	30,6
2011	2/10	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (яблоки, сахар песок, вода)	200	0,1	0,1	17,8	73	1,3
2011		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб «валетек 8»)	32	2,4	0,3	12	64	0
2011	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб «дарницкий новый»)	37	2,5	0,4	12,4	65	0
Итого			699	22,6	18,8	75,8	555	37,2
Полдник								
Москв а	№5	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (икра из кабачков)	34	0,6	2,7	2,3	36	2,1
2011	43/3	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия , масло сливочное , соль, вода)	100	4,8	3,6	30,1	171	0
2011	15/10	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ (сахар песок, вода , апельсин)	200	0,1		15,6	63	3
2011	1/6	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ (яйца куриные)	20	2,6	2,3	0,2	32	0
Итого			354	8,1	8,6	48,2	302	5,1
Всего				47,9	36,8	187,1	1281	43,1