МЕНЮ

2 ноября 2026 г.

Сад (Карп-го, 21)

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2011	18/4	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа гречневая , молоко , вода , сахар песок, соль, масло сливочное)	180	6,9	3,3	26,9	172	0,2
2011	12/10	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай , молоко , сахар песок, вода)	200	1,7		11,9	62	0,2
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье песочное в/с)	15	1,2	2,3	9,8	65	0
Итого			**395**	**9,8**	**5,6**	**48,6**	**299**	**0,4**
II Завтрак								
2011		ВОДА ПИТЬЕВАЯ НА ЦЕЛЫЙ ДЕНЬ (вода питьевая (5л), вода питьевая 1,5)	350					0
Итого			**350**					**0**
Обед								
2011	10/3	МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ (морковь, масло сливочное , сметана , мука , сахар песок, соль, вода)	30	0,4	1,2	2,6	23	0
2011	2/2	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ И МЯСОМ (свекла, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, картофель, мука , масло растительное, сахар песок, соль, вода , сметана , мясо говядины б/к)	250/10	3,8	7,4	12,2	129	10,8
2011	9/7	БИТОЧКИ (КОТЛЕТЫ) РЫБНЫЕ (рыба минтай , батон с каратином , яйца куриные , соль, молоко , рыба горбуша)	95	17,3	4	8,5	141	0,3
2011	45/3	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа рис круглый 1 кг фас-ка , вода , соль, масло сливочное)	130	3,1	2,6	32,3	150	0
2011	4/10	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА (курага , изюм, сахар песок, вода)	200	0,3		18,4	71	0
2011		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб «валетек 8»)	23	1,8	0,2	8,7	46	0
2011		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб «дарницкий новый»)	23	1,5	0,3	7,6	39	0
Итого			**761**	**28,2**	**15,7**	**90,3**	**599**	**11,1**
Полдник								
2011	2/6	ОМЛЕТ ЗАПЕЧЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ (яйца куриные , молоко , соль, картофель)	70	4,7	3,2	6,7	76	2,9
2011	11/10	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай , сахар песок, вода , лимон)	200	0,1		9,2	36	0
2011		ХЛЕБ (хлеб «валетек 8»)	18	1,4	0,2	6,8	36	0
Итого			**288**	**6,2**	**3,4**	**22,7**	**148**	**2,9**
Всего				**44,2**	**24,7**	**161,6**	**1046**	**14,4**