МЕНЮ

16 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	21/2	СУП МОЛОЧНЫЙ С ЛАПШОЙ (молоко , макаронные изделия , вода , масло сливочное , сахар песок, соль)	180	3,2	1,6	10,7	77	0,2
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье песочное в/с)	15	1,1	2,8	9,8	69	0
2011	10/10	ЧАЙ (чай , сахар песок, вода)	180	0,1		8,9	36	0
Итого			**375**	**4,4**	**4,4**	**29,4**	**182**	**0,2**
II Завтрак								
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ НА ЦЕЛЫЙ ДЕНЬ (вода питьевая (5л), вода питьевая 1,5)	320					0
Итого			**320**					**0**
Обед								
2011	6/2	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ И МЯСОМ (капуста белокочанная, картофель, морковь, масло растительное, соль, вода , сметана , мясо говядины б/к, лук репчатый)	250/10	3,9	4,9	11,3	102	11,4
2011	4/11	СОУС МОЛОЧНЫЙ С ОВОЩАМИ (мука , молоко , вода , соль, лук репчатый, морковь, масло сливочное)	30	0,4	1,2	0,9	15	0,2
2011	9/7	БИТОЧКИ (КОТЛЕТЫ) РЫБНЫЕ (рыба минтай , батон с каратином , яйца куриные , соль, молоко)	105	14,4	2	10,8	120	0,2
2011	45/3	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа рис круглый 1 кг фас-ка , вода , соль, масло сливочное)	130	3,1	2,4	32,8	150	0
2004	233	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) , сахар песок, вода)	180			5,7	22	0
2011		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб «валетек 8»)	36	2,8	0,3	13,6	72	0
2011	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб «дарницкий новый»)	21	1,4	0,2	6,9	36	0
Итого			**762**	**26**	**11**	**82**	**517**	**11,8**
Полдник								
2011		БАТОН С ПОВИДЛОМ (батон с каратином , повидло)	70/24	2	0,7	28,1	124	0
2004	255	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко)	170	5,4	5,9	8,8	109	0
Итого			**264**	**7,4**	**6,6**	**36,9**	**233**	**0**
Всего				**37,8**	**22**	**148,3**	**932**	**12**