

МЕНЮ
4 мая 2026 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	5,68	7,43	24,88	191,48	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,16	0,00	8,58	35,00	0,00
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/8	2,04	7,35	14,31	132,34	0,00
Итого			413	7,88	14,78	47,77	358,82	0,00
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	134	0,67	0,13	13,51	57,51	0,00
Итого			134	0,67	0,13	13,51	57,51	0,00
Обед								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ	40	1,94	0,08	3,18	21,34	0,00
2008	67	БУЛЬОН КУРИНЫЙ С ГРЕНКАМИ И ЯЙЦОМ	200	23,21	3,23	6,26	157,73	0,19
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЬЙ С КУРИЦЕЙ	180	7,09	14,18	26,00	259,97	12,73
2012	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЧЕРНОСЛИВА	180	0,60	0,08	18,36	77,80	0,24
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,28	0,40	14,92	72,61	0,00
Итого			636	35,12	17,97	68,72	589,45	13,16
Полдник								
2008		КРЕКЕР	30	2,55	6,45	17,43	141,00	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	204	6,36	5,49	10,53	118,51	0,00
Итого			234	8,91	11,94	27,96	259,51	0,00
Ужин								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	39	0,62	2,43	2,85	34,98	0,00
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	6,11	4,53	36,37	210,74	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	6,69	27,25	0,02
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,56	0,96	18,25	92,84	0,00
Итого			421	9,41	7,92	64,16	365,81	0,02
Всего				61,99	52,74	222,12	1 631,10	13,18

