

МЕНЮ

8 июня 2026 г.

Дошкольный возраст

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	5	КАША МАННАЯ	200	6,27	7,80	25,61	197,99	0,00
2010	145	ПРЯНИКИ	30	1,72	1,37	21,83	106,51	0,00
2010	93	ЧАЙ	200	0,10	0,00	0,20	1,20	0,02
Итого			430	8,09	9,17	47,64	305,70	0,02
II Завтрак								
2010	91	СОК	150	0,73	0,15	14,70	98,94	15,00
Итого			150	0,73	0,15	14,70	98,94	15,00
Обед								
2010	22	СУП ИТАЛЬЯНСКИЙ	200/20	8,61	4,94	20,04	159,14	6,70
2010	80	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРОЙ	230/35	16,89	15,13	16,70	273,20	37,48
2010	115	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,20	0,10	14,30	65,00	266,00
2010	141	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,93	0,31	18,98	90,66	0,00
2010	140	ХЛЕБ БЕЛЫЙ	15	1,23	0,15	7,55	36,62	0,00
Итого			740	29,86	20,63	77,57	624,62	310,18
Ужин								
2010	33	СУП РИСОВЫЙ МОЛОЧНЫЙ	200	4,44	7,02	19,34	159,04	0,00
2010	117	ПИРОГ С ЯЙЦОМ	80	7,55	4,62	46,71	258,58	0,00
2010	95	ЧАЙ С САХАРОМ	200/12	0,10	0,00	11,82	47,64	0,02
Итого			492	12,09	11,64	77,87	465,26	0,02
Всего				50,77	41,59	217,78	1 494,52	325,22