

МЕНЮ

8 июня 2026 г.

Ранний возраст

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	5	КАША МАННАЯ	150	4,35	5,09	17,89	134,96	0,00
2010	145	ПРЯНИКИ	20	1,14	0,91	14,55	71,00	0,00
2010	93	ЧАЙ	150	0,08	0,00	0,16	0,96	0,02
Итого			320	5,57	6,00	32,60	206,92	0,02
II Завтрак								
2010	91	СОК	100	0,49	0,10	9,80	65,96	10,00
Итого			100	0,49	0,10	9,80	65,96	10,00
Обед								
2010	22	СУП ИТАЛЬЯНСКИЙ	150/15	7,97	4,13	15,40	130,78	5,04
2010	80	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРОЙ	180/30	14,33	12,09	12,23	217,30	31,77
2010	115	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	150	0,20	0,10	14,30	65,00	200,00
2010	141	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,85	0,19	12,00	57,32	0,00
Итого			550	24,35	16,51	53,93	470,40	236,81
Ужин								
2010	33	СУП РИСОВЫЙ МОЛОЧНЫЙ	150	3,66	5,06	15,27	121,98	0,00
2010	117	ПИРОГ С ЯЙЦОМ	60	6,11	4,21	37,70	213,10	0,00
2010	95	ЧАЙ С САХАРОМ	150/10	0,08	0,00	9,84	39,66	0,02
Итого			370	9,85	9,27	62,81	374,74	0,02
Всего				40,26	31,88	159,14	1 118,02	246,85