



Ясли 10 часов

Калькулятор С.В. Пустовая



Сад 10 часов

Калькулятор С.В. Пустовая



МЕНЮ 13 октября 2026 г.

Аллергик Сад

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	2,67	5,75	22,14	150,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,07	0,00	5,95	24,03	0,01
2008		БАТОН	42	3,34	0,42	20,51	90,41	0,00
Итого			402	6,08	6,17	48,60	273,44	0,01
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	99	0,50	0,10	9,80	42,57	1,98
Итого			99	0,50	0,10	9,80	42,57	1,98
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	1,27	2,06	8,56	58,30	5,73
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	70	1,16	2,49	9,45	64,97	4,78
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	70	1,66	2,36	6,91	56,38	14,90
2008	271	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	80	14,13	14,09	0,00	183,04	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,49	0,20	15,74	76,15	66,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	0,00	1,14	2,74	3,29	0,00
Итого			622	18,71	22,34	43,40	442,13	91,41
Полдник								
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,72	6,61	43,09	258,87	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,07	0,00	5,95	24,03	0,01
	ТК №003	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	39	3,03	0,39	1,93	92,53	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ	30	4,20	5,40	22,35	141,60	0,00
Итого			429	14,02	12,40	73,32	517,03	0,01
Всего				39,31	41,01	175,12	1 275,17	93,41

Калькулятор _____ С.В. Пустовая