

Наименование блюд	№ рецептуры	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Витамин С	Ккал
<i>* для детей с пищевой аллергией</i>							
САД МЕНЮ на 30 апреля 2026							
завтрак							
Каша овсяная молочная с маслом 1/180	199	180	7.18	8.28	34.88	0.82	242.73
Каша овсяная безмолочная 1/180*	199	180	4.20	2.24	26.68	0.01	144.00
Кофейный напиток на молоке 1/180	414	180	3.49	2.88	13.15	1.17	92.46
Чай с сахаром 1/180*	410	180	0.11	0.10	8.81	0.01	36.58
Бутерброд с маслом 1/20/10	1	40	10.70	7.70	9.80	0.00	116.25
Хлеб пшеничный (батон) 1/20	ПР	20	1.08	0.20	4.80	0.00	26.00
Итого		420	22	19	63	2	477
2-ой завтрак							
Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/100	389М	100	0.27	0.00	22.80	2.00	92.27
обед							
Уха из белой рыбы 1/180	151 К	180	5.50	7.70	14.22	6.50	148.82
Картофельное пюре с маслом 1/130	339	130	3.70	5.40	22.18	15.74	153.23
Картофельное пюре без масла и молока 1/130 *	339	130	3.54	2.01	25.14	15.74	135.00
Мясо отварное 1/70 *	289	70	19.45	11.00	0.62	0.30	179.54
Суфле из печени (говяжья)1/70	271К	70	9.72	4.70	8.70	10.63	116.61
Огурец свежий порционно 1/50	71	50	0.52	0.20	1.36	5.00	9.32
Компот из яблок 1/180	377	180	0.34	0.29	20.50	0.42	86.30
Хлеб ржано-пшеничный 1/40	ПР	40	2.08	0.48	17.72	0.00	85.60
Итого		660.00	15.16	15.88	99.76	38.40	608.95
Полдник							
Чай с молоком 1/200	378	200	1.32	1.11	16.80	1.20	82.69
Чай с сахаром 1/200*	410	200	0.11	0.10	8.81	0.01	36.58
Фрукт (банан) 1/100*	338М	100	2.00	1.00	21.00	8.00	98.00
Баранки ванильные 1/50	ПР	50	4.00	2.50	33.00	0.00	170.00
Итого		250.00	5.32	3.61	49.80	1.20	252.69
Ужин							
Плов по-купечески с мясом птицы 1/200	321	200	14.4	16.4	31	1.2	329.04
Чай с сахаром 1/200	410	200	0.11	0.10	8.81	0.01	36.58
Хлеб пшеничный (батон) 1/50	ПР	50	2.70	0.50	12.00	0.00	65.00
Итого		450.00	17.21	17.00	51.81	1.21	430.62