

# МЕНЮ

8 апреля 2025 г.

Возраст 7+

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	10,28	9,03	34,29	261,05	1,28
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,19	0,00	6,86	28,21	0,04
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	13	0,05	8,25	0,08	74,79	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	75	5,87	0,73	36,01	174,53	0,00
<b>Итого</b>			<b>488</b>	<b>16,39</b>	<b>18,01</b>	<b>77,24</b>	<b>538,58</b>	<b>1,32</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	100	0,11	0,05	7,90	32,84	17,34
		СУШКА ПРОСТАЯ	20	1,94	1,36	14,94	71,78	0,00
<b>Итого</b>			<b>120</b>	<b>2,05</b>	<b>1,41</b>	<b>22,84</b>	<b>104,62</b>	<b>17,34</b>
<b>Обед</b>								
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200	7,93	15,02	16,03	236,41	15,14
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	100	20,67	15,19	12,52	289,79	13,17
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	150	3,22	8,59	23,16	183,95	12,37
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0,84	0,05	21,15	89,10	0,27
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	5,24	0,87	32,53	158,67	0,00
<b>Итого</b>			<b>730</b>	<b>37,90</b>	<b>39,72</b>	<b>105,39</b>	<b>957,92</b>	<b>40,95</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ЙОГУРТ	150	3,03	2,28	4,55	72,81	1,06
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>3,03</b>	<b>2,28</b>	<b>4,55</b>	<b>72,81</b>	<b>1,06</b>
<b>Ужин</b>								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ	150/5	14,03	12,99	38,32	329,14	0,08
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	1,94	3,81	9,79	81,35	0,22
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,19	0,00	6,86	28,21	0,04
2008		БАТОН	75	5,87	0,73	36,01	174,53	0,00
<b>Итого</b>			<b>460</b>	<b>22,03</b>	<b>17,53</b>	<b>90,98</b>	<b>613,23</b>	<b>0,34</b>
<b>Всего</b>				<b>81,40</b>	<b>78,95</b>	<b>301,00</b>	<b>2 287,16</b>	<b>61,01</b>