

МЕНЮ

8 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	7,69	7,14	27,09	204,47	0,90
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	4,46	18,29	0,02
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	13	0,04	6,63	0,06	60,15	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	50	3,88	0,48	23,80	115,38	0,00
Итого			423	11,73	14,25	55,41	398,29	0,92
II Завтрак								
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	100	0,08	0,04	5,30	22,12	13,00
		СУШКА ПРОСТАЯ	20	1,94	1,36	14,94	71,78	0,00
Итого			120	2,02	1,40	20,24	93,90	13,00
Обед								
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	180	6,38	12,18	14,63	198,63	12,78
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	15,56	7,17	9,67	181,57	10,66
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	150	3,22	8,84	23,16	186,14	12,37
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,56	0,03	9,69	41,78	0,18
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,28	0,55	20,36	99,30	0,00
Итого			640	29,00	28,77	77,51	707,42	35,99
Полдник								
2008		ЙОГУРТ	100	2,03	1,52	3,05	48,79	0,71
Итого			100	2,03	1,52	3,05	48,79	0,71
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ	130/5	9,07	7,12	37,70	253,55	0,06
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	1,77	1,94	7,82	55,94	0,17
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	4,46	18,29	0,02
2008		БАТОН	30	2,29	0,29	14,03	68,00	0,00
Итого			375	13,25	9,35	64,01	395,78	0,25
Всего				58,03	55,29	220,22	1 644,18	50,87