

МЕНЮ
14 апреля 2025 г.

Возраст 7+

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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	8,94	9,08	30,09	239,01	0,99
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	200	7,54	6,46	15,44	151,89	1,35
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	75	3,85	1,50	25,05	129,50	0,00
Итого			480	20,38	25,29	70,66	595,20	2,34
II Завтрак								
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,16	0,16	13,63	57,62	1,66
2008		СУХАРИ ВАНИЛЬНЫЕ	13	1,38	0,29	11,93	36,38	0,00
Итого			213	1,54	0,45	25,56	94,00	1,66
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200	6,55	16,05	16,58	239,43	15,84
2008	280	РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	100	12,28	35,35	4,76	386,59	0,67
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	3,48	3,97	21,56	136,34	10,07
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	6,45	25,79	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	5,24	0,87	32,53	158,67	0,00
Итого			730	27,55	56,24	81,88	946,82	26,58
Полдник								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,97	0,19	19,53	83,13	3,87
Итого			200	0,97	0,19	19,53	83,13	3,87
Ужин								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	170	21,95	13,67	24,55	313,79	0,20
2008		ПОВИДЛО	25	0,13	0,00	21,34	85,87	0,07
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,18	0,01	3,67	16,50	1,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	75	5,65	2,20	36,74	189,93	0,00
Итого			477	27,91	15,88	86,30	606,09	1,27
Всего				78,35	98,05	283,93	2 325,24	35,72