

**МЕНЮ**

15 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	9,16	9,15	27,76	231,60	1,34
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	200	7,45	6,38	18,50	163,04	1,34
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	5,50	0,05	49,87	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	75	5,33	0,67	32,73	158,67	0,00
<b>Итого</b>			<b>480</b>	<b>21,97</b>	<b>21,70</b>	<b>79,04</b>	<b>603,18</b>	<b>2,68</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	185	0,76	0,76	18,62	89,30	19,00
<b>Итого</b>			<b>185</b>	<b>0,76</b>	<b>0,76</b>	<b>18,62</b>	<b>89,30</b>	<b>19,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/20	15,85	10,82	32,99	293,04	6,86
2008	265	ПЛОВ	240	19,73	24,80	33,32	435,94	3,36
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	50	1,09	3,30	5,49	55,93	1,44
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,37	0,08	17,09	71,22	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	6,15	1,03	38,18	186,24	0,00
<b>Итого</b>			<b>790</b>	<b>43,19</b>	<b>40,03</b>	<b>127,07</b>	<b>1 042,37</b>	<b>11,66</b>
<b>Полдник</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,10	0,22	22,22	94,60	4,40
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1,10</b>	<b>0,22</b>	<b>22,22</b>	<b>94,60</b>	<b>4,40</b>
<b>Ужин</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	12,60	17,11	7,63	235,69	0,80
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	5,50	0,05	49,87	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
2008		БАТОН	75	5,33	0,67	32,73	158,67	0,00
<b>Итого</b>			<b>440</b>	<b>18,15</b>	<b>23,28</b>	<b>50,50</b>	<b>485,34</b>	<b>0,84</b>
<b>Всего</b>				<b>85,17</b>	<b>85,99</b>	<b>297,45</b>	<b>2 314,79</b>	<b>38,58</b>