

МЕНЮ

16 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	7,52	8,40	26,62	213,12	0,88
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	5,08	4,34	14,87	120,06	0,91
2008		БАТОН	50	3,73	0,47	22,91	111,07	0,00
Итого			415	16,36	17,34	64,44	481,65	1,79
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,37	0,37	9,06	43,43	9,24
Итого			100	0,37	0,37	9,06	43,43	9,24
Обед								
2012	74	РАССОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ)	200	6,64	11,61	20,35	217,37	7,42
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ	80	9,16	23,22	3,64	260,33	0,67
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,92	5,46	15,64	133,77	31,58
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	4,24	16,94	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,80	0,63	23,60	115,13	0,00
Итого			660	23,52	40,92	67,47	743,54	39,67
Полдник								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,56	0,11	11,24	47,84	2,23
Итого			100	0,56	0,11	11,24	47,84	2,23
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	145	21,83	17,13	19,22	322,50	0,22
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	1,72	2,70	8,65	66,00	0,16
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0,15	0,01	7,41	31,08	0,82
2008		БАТОН	30	2,24	0,28	13,75	66,64	0,00
Итого			390	25,94	20,12	49,03	486,22	1,20
Всего				66,75	78,86	201,24	1 802,68	54,13