

МЕНЮ

18 апреля 2025 г.

Возраст 7+

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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	11,93	13,31	38,55	322,87	1,65
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,19	0,00	6,86	28,21	0,04
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	5,50	0,05	49,87	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	75	6,13	0,77	37,64	182,47	0,00
Итого			480	18,28	19,58	83,10	583,42	1,69
II Завтрак								
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	100	0,11	0,05	4,68	19,95	17,34
Итого			100	0,11	0,05	4,68	19,95	17,34
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	9,25	13,40	21,60	252,02	12,16
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	15,71	13,49	0,17	185,26	0,78
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	4,27	6,45	19,25	151,89	0,00
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	2,31	4,14	7,19	75,44	0,30
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0,84	0,05	11,48	50,40	0,27
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	6,07	1,01	37,72	184,00	0,00
Итого			760	38,45	38,54	97,41	899,01	13,51
Полдник								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,10	0,22	22,22	94,60	4,40
Итого			200	1,10	0,22	22,22	94,60	4,40
Ужин								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	175	10,64	12,10	36,06	297,56	1,37
2008	479	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	80	17,34	28,31	33,48	459,75	0,25
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,18	0,01	3,67	16,50	1,00
2008		БАТОН	75	6,13	0,77	37,64	182,47	0,00
Итого			537	34,29	41,19	110,85	956,28	2,62
Всего				92,23	99,58	318,26	2 553,26	39,56