

МЕНЮ
28 мая 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	8,31	7,74	31,76	231,01	0,92
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,20	4,44	11,56	108,24	0,92
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	13	0,05	8,25	0,08	74,79	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,21	2,83	0,00	34,92	0,03
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	75	6,13	0,77	37,64	182,47	0,00
Итого			498	21,90	24,03	81,04	631,43	1,87
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	185	0,76	0,76	18,62	89,30	19,00
Итого			185	0,76	0,76	18,62	89,30	19,00
Обед								
2008		СУП РИСОВЫЙ С МЯСОМ	200	7,11	14,07	20,21	236,09	6,40
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	185	11,93	34,80	19,42	438,84	9,60
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	1,12	3,31	4,80	53,26	2,41
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	1,56	3,49	5,95	61,47	0,16
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,37	0,08	20,32	84,12	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.С МИКРОНУТРИЕНТАМИ	80	5,74	0,76	36,74	176,77	0,00
Итого			735	27,83	56,51	107,44	1 050,55	18,57
Полдник								
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,16	0,07	5,40	23,47	26,00
Итого			200	0,16	0,07	5,40	23,47	26,00
Ужин								
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	200	3,23	3,11	21,13	126,14	17,71
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,19	0,00	6,86	28,21	0,04
2008		БАТОН	75	6,13	0,77	37,64	182,47	0,00
Итого			475	9,55	3,88	65,63	336,82	17,75
Всего				60,20	85,25	278,13	2 131,57	83,19