

МЕНЮ
29 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	8,29	8,51	32,22	239,69	0,87
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,92	4,19	11,09	103,00	0,87
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	13	0,05	8,25	0,08	74,79	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	75	4,27	0,53	26,19	126,93	0,00
Итого			488	17,53	21,48	69,58	544,41	1,74
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	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ	200	8,48	7,66	22,98	195,16	7,01
2012	254	РЫБА ПОД ОВОЩАМИ	95	1,00	19,88	4,13	200,63	3,30
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	150	2,75	5,73	28,76	177,57	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,37	0,08	20,32	84,12	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	6,45	1,07	40,04	195,33	0,00
Итого			725	19,05	34,42	116,23	852,81	10,31
Полдник								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,12	0,22	22,56	96,03	4,47
Итого			200	1,12	0,22	22,56	96,03	4,47
Ужин								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	170	22,11	14,64	24,77	327,11	0,21
2008		ПОВИДЛО	25	0,11	0,00	17,07	68,71	0,05
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,19	0,00	6,86	28,21	0,04
2008		БАТОН	75	6,40	0,80	39,28	190,40	0,00
Итого			470	28,81	15,44	87,98	614,43	0,30
Всего				67,27	72,32	314,97	2 196,98	35,82