

МЕНЮ

29 мая 2025 г.

Сад 12 часов

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	180	7,50	7,25	26,62	202,75	0,83
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,63	3,96	14,49	113,24	0,83
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,34	0,03	30,24	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	50	4,27	0,53	26,19	126,93	0,00
Итого			415	16,42	15,08	67,33	473,16	1,66
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,81	47,05	10,01
Итого			100	0,40	0,40	9,81	47,05	10,01
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ	180	9,37	7,82	21,37	193,80	6,74
2012	254	РЫБА ПОД ОВОЩАМИ	80	0,58	14,08	2,50	139,66	1,72
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	135	2,75	3,79	28,81	160,38	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,24	0,06	14,06	58,14	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4,02	0,67	25,00	121,96	0,00
Итого			625	16,96	26,42	91,74	673,94	8,46
Полдник								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,57	0,11	11,45	48,76	2,27
Итого			100	0,57	0,11	11,45	48,76	2,27
Ужин								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	17,98	11,72	23,44	277,73	0,18
2008		ПОВИДЛО	25	0,11	0,00	17,02	68,52	0,05
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	7,24	29,43	0,02
2008		БАТОН	30	2,51	0,31	15,43	74,80	0,00
Итого			385	20,72	12,03	63,13	450,48	0,25
Всего				55,07	54,04	243,46	1 693,39	22,65