

**МЕНЮ**

4 июня 2025 г.

**Сад 12 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	180	6,84	7,03	29,45	209,36	0,84
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	7,08	28,78	0,02
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	13	0,04	6,47	0,06	58,66	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	50	3,86	0,48	23,68	114,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>423</b>	<b>10,86</b>	<b>13,98</b>	<b>60,27</b>	<b>411,60</b>	<b>0,86</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,37	0,37	9,06	43,47	9,25
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,37</b>	<b>0,37</b>	<b>9,06</b>	<b>43,47</b>	<b>9,25</b>
<b>Обед</b>								
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	180	7,33	15,19	14,26	228,36	11,06
2008	315	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	80	17,12	16,33	4,42	233,64	1,44
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,34	0,63	34,19	163,93	0,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	1,35	5,71	11,51	103,32	1,69
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,55	0,03	12,26	52,03	0,18
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,13	0,52	19,45	94,90	0,00
<b>Итого</b>			<b>670</b>	<b>34,82</b>	<b>38,41</b>	<b>96,09</b>	<b>876,18</b>	<b>14,37</b>
<b>Полдник</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,49	0,10	9,90	42,16	1,96
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,49</b>	<b>0,10</b>	<b>9,90</b>	<b>42,16</b>	<b>1,96</b>
<b>Ужин</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	10,58	16,16	5,53	210,53	0,57
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	7,08	28,78	0,02
2008		БАТОН	30	2,32	0,29	14,24	69,02	0,00
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>13,02</b>	<b>16,45</b>	<b>26,85</b>	<b>308,33</b>	<b>0,59</b>
<b>Всего</b>				<b>59,56</b>	<b>69,31</b>	<b>202,17</b>	<b>1 681,74</b>	<b>27,03</b>