

МЕНЮ

3 июля 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								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	7,55	8,50	23,84	202,93	0,83
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,64	3,97	11,91	103,06	0,83
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,31	0,04	39,10	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГ	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
Итого			415	15,97	18,23	61,49	476,09	1,66
II Завтрак								
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	100	0,31	0,02	5,68	24,34	0,10
Итого			100	0,31	0,02	5,68	24,34	0,10
Обед								
2008	110	СУП ПШЕННЫЙ С МЯСОМ (КУЛЕШ)	180	7,32	14,35	18,52	232,96	6,73
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	85	11,74	7,55	3,85	130,52	0,81
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	120	2,45	4,45	25,53	151,86	0,00
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	20	0,38	1,13	2,24	20,60	1,05
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,25	0,06	11,29	47,05	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,55	20,50	100,00	0,00
Итого			635	25,44	28,09	81,93	682,99	8,59
Полдник								
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,16	0,08	6,77	29,12	28,36
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
Итого			200	1,66	2,04	21,65	112,52	28,36
Ужин								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	180	22,25	12,52	27,31	314,58	0,39
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	2,86	3,57	14,34	101,34	0,26
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	4,64	19,01	0,02
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			440	27,48	16,96	61,71	513,53	0,67
Всего				70,86	65,34	232,46	1 809,47	39,38