

МЕНЮ
7 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								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	7,45	6,91	24,70	191,79	0,82
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,65	3,97	10,74	98,42	0,83
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	13	0,06	9,71	0,09	87,99	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	50	4,00	0,50	24,55	119,00	0,00
Итого			423	16,16	21,09	60,08	497,20	1,65
II Завтрак								
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	100	0,00	0,00	2,85	11,38	0,00
Итого			100	0,00	0,00	2,85	11,38	0,00
Обед								
2012	84	СУП РЫБНЫЙ С КРУПОЙ	180	8,13	6,03	20,20	168,03	6,80
2008	265	ПЛОВ	210	11,94	23,72	30,62	383,94	0,90
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,73	0,06	5,76	27,16	1,15
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,24	0,05	10,23	42,82	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.С МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			680	24,35	30,30	88,01	723,93	8,85
Полдник								
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	100	1,47	1,21	6,44	42,83	0,27
Итого			100	1,47	1,21	6,44	42,83	0,27
Ужин								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	6,01	4,43	24,37	162,22	0,61
2008	479	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	80	13,00	11,94	31,29	286,16	0,17
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0,14	0,00	7,56	31,68	0,81
Итого			415	19,15	16,37	63,22	480,06	1,59
Всего				61,13	68,97	220,60	1 755,40	12,36