

МЕНЮ
11 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	7,51	7,55	25,14	199,68	0,83
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,64	3,97	12,22	104,31	0,83
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,79	0,04	34,37	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	50	4,00	0,50	24,55	119,00	0,00
Итого			415	16,17	15,81	61,95	457,36	1,66
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,81	47,06	10,01
Итого			100	0,40	0,40	9,81	47,06	10,01
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	170/20	12,93	13,75	33,63	310,72	6,25
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	85	11,82	4,87	3,80	106,74	0,81
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,59	7,20	22,57	169,93	10,74
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,14	0,14	20,15	83,32	1,44
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			655	31,79	26,40	101,35	772,69	19,24
Полдник								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,53	0,11	10,62	45,21	2,10
2012	115	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	20	2,45	0,31	15,06	73,00	0,00
Итого			120	2,98	0,42	25,68	118,21	2,10
Ужин								
2008	259	ГУЛЯШ	60/60	13,06	34,69	6,00	388,86	1,11
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	2,40	3,07	25,13	137,33	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	4,95	20,27	0,02
2008		БАТОН	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			430	17,98	38,06	50,81	617,86	1,13
Всего				69,32	81,09	249,60	2 013,18	34,14