

МЕНЮ

14 июля 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	7,84	7,00	29,87	214,69	0,83
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	13	0,04	6,84	0,07	62,03	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	5,21	21,28	0,02
Итого			423	11,75	15,29	60,85	429,00	0,85
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,37	0,37	9,07	43,48	9,25
Итого			100	0,37	0,37	9,07	43,48	9,25
Обед								
2012	74	РАССОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ)	200	7,33	13,27	20,50	236,71	7,44
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ	80	9,21	25,87	3,91	285,53	0,67
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,98	4,55	16,36	129,74	31,58
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	4,96	19,82	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,55	20,50	100,00	0,00
Итого			660	23,82	44,24	66,23	771,80	39,69
Полдник								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,53	0,11	10,62	45,20	2,10
		СУХАРИ ВАНИЛЬНЫЕ	20	1,84	0,58	16,10	0,00	0,00
Итого			120	2,37	0,69	26,72	45,20	2,10
Ужин								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	5,93	4,09	25,38	162,84	0,60
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	60	5,44	7,49	33,35	222,70	0,16
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	5,21	21,28	0,02
Итого			390	11,49	11,58	63,94	406,82	0,78
Всего				49,80	72,17	226,81	1 696,30	52,67