

МЕНЮ

15 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	7,29	7,46	27,06	205,65	0,83
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,65	3,97	11,99	103,45	0,83
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	13	0,05	7,65	0,07	69,32	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	50	4,00	0,50	24,55	119,00	0,00
Итого			423	15,99	19,58	63,67	497,42	1,66
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	100	2,10	1,58	3,15	50,46	0,74
Итого			100	2,10	1,58	3,15	50,46	0,74
Обед								
2008		СУП РИСОВЫЙ С МЯСОМ	180	6,52	11,41	19,91	208,80	6,25
2008	260	АЗУ	205	9,64	26,02	20,90	358,09	11,63
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,24	0,05	11,48	47,84	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.С МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			615	19,71	37,92	73,49	716,71	17,88
Полдник								
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	100	0,16	0,16	8,29	36,21	1,60
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
Итого			120	1,66	2,12	23,17	119,61	1,60
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ	130/5	7,41	8,09	37,01	252,54	0,04
2008	225	ПОВИДЛО	40	0,16	0,00	25,61	103,05	0,08
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	4,73	19,39	0,02
2008		БАТОН	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			385	10,09	8,39	82,08	446,38	0,14
Всего				49,55	69,59	245,56	1 830,58	22,02