

**МЕНЮ**

16 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	180	6,83	8,44	28,96	220,16	0,83
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	6,39	25,99	0,02
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,22	0,04	38,30	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	6	1,41	1,79	0,00	22,13	0,04
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	50	4,00	0,50	24,55	119,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>421</b>	<b>12,39</b>	<b>14,95</b>	<b>59,94</b>	<b>425,58</b>	<b>0,89</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	100	0,08	0,04	7,26	29,94	13,31
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
<b>Итого</b>			<b>130</b>	<b>2,33</b>	<b>2,98</b>	<b>29,58</b>	<b>155,04</b>	<b>13,31</b>
<b>Обед</b>								
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	180	6,79	15,38	14,30	228,52	11,06
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	15,56	8,47	9,80	193,98	10,67
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	150	3,23	11,13	23,18	206,97	12,37
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,55	0,03	11,57	49,23	0,18
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,55	20,50	100,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>640</b>	<b>29,43</b>	<b>35,56</b>	<b>79,35</b>	<b>778,70</b>	<b>34,28</b>
<b>Полдник</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,53	0,11	10,62	45,20	2,10
		СУШКА ПРОСТАЯ	18	1,75	1,22	13,44	64,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>118</b>	<b>2,28</b>	<b>1,33</b>	<b>24,06</b>	<b>109,80</b>	<b>2,10</b>
<b>Ужин</b>								
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ	185	14,68	13,70	20,75	266,20	11,66
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	6,39	25,99	0,02
2008		БАТОН	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>395</b>	<b>17,20</b>	<b>14,00</b>	<b>41,87</b>	<b>363,59</b>	<b>11,68</b>
<b>Всего</b>				<b>63,63</b>	<b>68,82</b>	<b>234,80</b>	<b>1 832,71</b>	<b>62,26</b>