

МЕНЮ

17 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								
2012	175	КАША ШОКОЛАДКА	180	7,18	7,72	27,58	208,85	0,83
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,65	3,97	12,47	105,34	0,83
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	13	0,05	8,65	0,08	78,45	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,33	2,96	0,00	36,51	0,07
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
Итого			433	17,96	24,75	65,83	560,15	1,73
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								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	15,20	13,41	31,98	312,78	10,16
2008	315	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	80	18,99	7,02	4,64	158,67	0,75
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,34	0,63	34,19	163,93	0,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	1,53	3,31	10,37	78,10	2,29
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,17	0,08	7,35	31,42	28,54
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,55	20,50	100,00	0,00
Итого			670	44,53	25,00	109,03	844,90	41,74
Полдник								
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	100	0,08	0,04	6,08	25,23	13,31
		СУШКА ПРОСТАЯ	13	1,26	0,88	9,71	46,66	0,00
Итого			113	1,34	0,92	15,79	71,89	13,31
Ужин								
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	180	3,34	2,38	18,59	110,09	17,24
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,12	0,01	10,00	41,72	1,13
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГ.	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			407	5,71	3,26	44,01	230,41	18,37
Всего				69,94	54,33	244,47	1 754,41	85,16