

МЕНЮ
18 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	7,50	7,16	25,95	199,27	0,83
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	5,90	24,03	0,02
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,09	0,03	28,05	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,35	2,99	0,00	36,84	0,07
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
Итого			425	13,74	14,69	57,58	419,19	0,92
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,53	0,11	10,61	45,15	2,10
		СУХАРИ ВАНИЛЬНЫЕ	20	1,84	0,58	16,10	0,00	0,00
Итого			120	2,37	0,69	26,71	45,15	2,10
Обед								
2012	84	СУП РЫБНЫЙ С КРУПОЙ	180	8,41	8,63	20,57	198,90	6,81
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	155	11,26	28,12	18,50	372,48	9,13
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	1,15	2,22	4,87	43,97	2,45
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	1,69	2,61	6,88	57,93	0,16
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	5,65	22,57	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,55	20,50	100,00	0,00
Итого			635	25,81	42,13	76,97	795,85	18,55
Полдник								
2008		ЙОГУРТ	100	2,85	2,54	4,59	57,45	0,71
Итого			100	2,85	2,54	4,59	57,45	0,71
Ужин								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	180	22,37	13,57	28,60	332,55	0,40
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	2,83	3,81	15,15	106,58	0,26
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	5,90	24,03	0,02
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГ.	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			440	27,57	18,25	65,07	541,76	0,68
Всего				72,34	78,30	230,92	1 859,40	22,96