

МЕНЮ
21 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	7,02	6,79	27,83	200,67	0,83
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	5,62	22,96	0,02
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,75	0,03	24,93	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	50	4,00	0,50	24,55	119,00	0,00
Итого			415	11,16	10,04	58,03	367,56	0,85
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	8,68	9,70	20,00	207,50	11,35
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	85	18,96	16,31	0,16	223,60	0,92
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	4,85	3,27	21,95	136,45	0,00
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ	35	2,05	3,02	8,16	68,21	0,19
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	4,62	3,24	56,62	1,52
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,56	0,03	10,87	46,51	0,18
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,55	20,50	100,00	0,00
Итого			690	38,95	37,50	84,88	838,89	14,16
Полдник								
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	100	0,08	0,04	6,46	26,79	13,00
2012	115	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	20	2,43	0,30	14,95	72,47	0,00
Итого			120	2,51	0,34	21,41	99,26	13,00
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	10,26	16,50	5,09	210,52	0,52
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	5,62	22,96	0,02
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,75	0,03	24,93	0,00
2008		БАТОН	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			365	12,80	19,55	25,47	329,81	0,54
Всего				65,82	67,83	199,59	1 682,52	38,55