

МЕНЮ
19 августа 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	7,13	6,63	27,73	199,22	0,85
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	5,36	21,89	0,02
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,48	0,02	22,44	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	50	3,67	0,46	22,50	109,08	0,00
Итого			415	10,94	9,57	55,61	352,63	0,87
II Завтрак								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	100	0,16	0,07	7,46	34,20	20,00
Итого			100	0,16	0,07	7,46	34,20	20,00
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	8,69	9,48	19,73	204,57	11,35
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	85	18,96	16,31	0,16	223,60	0,92
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,07	3,99	27,43	169,66	0,00
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ	35	2,08	2,83	8,20	66,77	0,20
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,70	4,07	4,08	56,16	5,90
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,56	0,03	10,61	45,44	0,18
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,15	0,52	19,57	95,44	0,00
Итого			720	40,21	37,23	89,78	861,64	18,55
Полдник								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,57	0,11	11,53	49,09	2,28
Итого			100	0,57	0,11	11,53	49,09	2,28
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	10,34	17,09	5,21	216,83	0,54
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	5,36	21,89	0,02
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,48	0,02	22,44	0,00
2008		БАТОН	30	2,24	0,28	13,75	66,64	0,00
Итого			365	12,72	19,85	24,34	327,80	0,56
Всего				64,60	66,83	188,72	1 625,36	42,26