

МЕНЮ
4 сентября 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								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	7,78	9,56	24,52	216,21	0,87
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,87	4,16	12,72	108,97	0,87
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,95	0,05	44,88	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГ	50	3,62	1,40	24,81	126,44	0,00
Итого			415	16,30	20,07	62,10	496,50	1,74
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,81	47,04	10,01
Итого			100	0,40	0,40	9,81	47,04	10,01
Обед								
2008	110	СУП ПШЕННЫЙ С МЯСОМ (КУЛЕШ)	180	7,31	12,74	18,52	218,60	6,73
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	85	11,72	3,82	3,85	96,93	0,81
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	135	2,74	9,55	28,75	211,88	0,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	1,49	2,43	10,18	69,16	2,11
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,17	0,08	7,25	31,07	28,83
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.С МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	3,43	0,46	21,93	105,53	0,00
Итого			660	26,86	29,08	90,48	733,17	38,48
Полдник								
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	100	0,08	0,04	5,93	24,64	13,00
		СУХАРИ ВАНИЛЬНЫЕ	20	1,84	0,58	16,10	0,00	0,00
Итого			120	1,92	0,62	22,03	24,64	13,00
Ужин								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	180	23,97	16,96	29,03	376,78	0,45
2008		ПОВИДЛО	30	0,13	0,00	21,16	85,13	0,07
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	5,09	20,81	0,02
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,18	0,84	14,91	75,98	0,00
Итого			420	26,40	17,80	70,19	558,70	0,54
Всего				71,88	67,97	254,61	1 860,05	63,77