

МЕНЮ  
10 сентября 2025 г.

Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                 | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                    |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 189                 | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ                    | 180   | 6,91              | 8,86    | 23,84            | 203,84                                   | 0,91                  |
| к/к                           | к/к                 | КАКАО С МОЛОКОМ                                    | 180   | 4,67              | 3,99    | 13,22            | 108,58                                   | 0,84                  |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                                   | 5     | 0,03              | 4,95    | 0,05             | 44,88                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | БАТОН НАРЕЗНОЙ                                     | 50    | 3,88              | 0,48    | 23,80            | 115,38                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                    | 415   | 15,49             | 18,28   | 60,91            | 472,68                                   | 1,75                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| к/к                           | к/к                 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                                   | 100   | 0,31              | 0,02    | 7,42             | 31,35                                    | 0,10                  |
|                               |                     | СУШКА ПРОСТАЯ                                      | 13    | 1,26              | 0,88    | 9,71             | 46,66                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                    | 113   | 1,57              | 0,90    | 17,13            | 78,01                                    | 0,10                  |
| Обед                          |                     |                                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 74                  | РАССОЛЬНИК НА МЯСНОМ<br>БУЛЬОНЕ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ) | 180   | 6,34              | 11,68   | 18,20            | 204,49                                   | 6,69                  |
| 2008                          | 315                 | БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ<br>ПАРОВЫЕ              | 80    | 17,05             | 17,19   | 4,37             | 240,77                                   | 1,44                  |
| 2012                          | 204                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ                     | 150   | 5,34              | 0,63    | 34,19            | 163,93                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 364                 | СОУС ТОМАТНЫЙ                                      | 30    | 1,48              | 3,56    | 10,39            | 80,08                                    | 2,11                  |
| 2008                          | 437                 | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА                               | 180   | 0,17              | 0,08    | 8,09             | 34,44                                    | 28,83                 |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                        | 50    | 3,42              | 0,57    | 21,26            | 103,70                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                    | 670   | 33,80             | 33,71   | 96,50            | 827,41                                   | 39,07                 |
| Полдник                       |                     |                                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| к/к                           | к/к                 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                                    | 100   | 0,14              | 0,03    | 5,99             | 25,00                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                    | 100   | 0,14              | 0,03    | 5,99             | 25,00                                    | 0,00                  |
| Ужин                          |                     |                                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 306                 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                                    | 160   | 11,90             | 28,58   | 15,57            | 368,68                                   | 19,69                 |
| к/к                           | к/к                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                      | 180   | 0,12              | 0,00    | 5,93             | 24,18                                    | 0,02                  |
| 2008                          |                     | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГ.                               | 30    | 2,32              | 0,29    | 14,24            | 69,02                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                    | 370   | 14,34             | 28,87   | 35,74            | 461,88                                   | 19,71                 |
| Всего                         |                     |                                                    |       | 65,34             | 81,79   | 216,27           | 1 864,98                                 | 60,63                 |