

МЕНЮ
19 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	7,62	9,95	25,31	222,17	0,84
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,71	4,02	14,34	113,58	0,84
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,04	5,92	0,06	53,66	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГ	50	3,77	0,47	23,16	112,27	0,00
Итого			415	16,14	20,36	62,87	501,68	1,68
II Завтрак								
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	100	0,16	0,16	8,23	35,98	1,61
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого			130	2,41	3,10	30,55	161,08	1,61
Обед								
2008	110	СУП ПШЕННЫЙ С МЯСОМ (КУЛЕШ)	180	7,31	13,58	18,52	226,18	6,73
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	85	11,72	5,30	3,64	109,47	0,81
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,60	7,11	22,59	169,25	10,74
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,37	0,05	0,79	6,08	2,34
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,17	0,08	9,14	38,65	28,83
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.С МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	3,71	0,49	23,78	114,40	0,00
Итого			685	26,88	26,61	78,46	664,03	49,45
Полдник								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Ужин								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	14,82	15,65	15,91	269,79	20,21
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	6,98	28,39	0,02
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,24	0,28	13,75	66,64	0,00
Итого			370	17,18	15,93	36,64	364,82	20,23
Всего				63,11	66,10	218,42	1 734,61	74,97