

МЕНЮ
3 апреля 2025 г.

Возраст 7+

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	200	9,09	8,31	28,70	227,06	1,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,67	4,84	15,55	129,87	1,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	75	5,39	2,10	35,07	181,30	0,00
Итого			480	20,20	23,50	79,40	613,03	2,00
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	185	0,76	0,76	18,62	89,30	19,00
Итого			185	0,76	0,76	18,62	89,30	19,00
Обед								
2008	110	СУП ПШЕННЫЙ С МЯСОМ (КУЛЕШ)	200	8,10	16,54	18,72	256,66	7,05
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	95	13,17	8,78	4,67	150,90	0,81
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,55	9,32	22,50	188,61	10,73
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,26	0,12	13,30	56,31	43,34
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.С МИКРОНУТРИЕНТАМИ	80	5,08	0,67	32,50	156,37	0,00
Итого			725	30,16	35,43	91,69	808,85	61,93
Полдник								
2008		ЙОГУРТ	115	2,33	1,75	3,50	56,00	0,82
Итого			115	2,33	1,75	3,50	56,00	0,82
Ужин								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	13,93	33,85	14,76	428,36	19,71
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	75	5,39	2,10	35,07	181,30	0,00
Итого			455	19,51	35,95	59,92	650,77	19,75
Всего				72,96	97,39	253,13	2 217,95	103,50