

МЕНЮ

4 июля 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								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	135	5,64	5,26	23,46	164,32	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/5	3,08	4,96	20,12	137,47	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,70	2,08	12,39	79,64	0,44
Итого			360	11,42	12,30	55,97	381,43	0,44
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	142	0,71	0,14	14,39	61,28	2,85
Итого			142	0,71	0,14	14,39	61,28	2,85
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,45	4,21	1,39	45,13	2,28
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	8,24	12,26	15,92	208,31	22,20
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	130	3,97	3,88	23,32	143,93	0,00
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	98	18,29	20,53	3,25	270,94	1,49
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,11	0,57	18,67	93,34	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,29	33,17	0,00
Итого			695	34,06	41,45	70,84	794,82	25,97
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	52	0,66	0,05	4,90	23,36	1,05
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	60	5,87	5,48	42,61	243,16	0,16
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	154	4,34	3,74	7,19	80,81	0,80
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,96	0,16	12,90	60,90	0,00
2008		БАНАН	57	0,86	0,29	11,97	54,72	5,70
Итого			349	13,69	9,72	79,57	462,95	7,71
Всего				59,88	63,61	220,77	1 700,48	36,97