

МЕНЮ

9 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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (гречневый)	275	11,15	10,09	35,35	278,40	1,39
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	27	3,31	3,00	0,18	40,87	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	83/10	6,41	8,77	41,90	272,15	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	210	5,19	4,37	21,56	147,48	0,97
Итого			605	26,06	26,23	98,99	738,90	2,36
II Завтрак								
2008		БАНАН	110	1,64	0,55	23,02	105,25	10,96
Итого			110	1,64	0,55	23,02	105,25	10,96
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	0,70	6,55	2,18	70,35	3,60
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	11,43	20,93	22,19	323,96	7,54
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	225	4,93	9,85	31,34	234,43	14,96
2008	229	РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	75	8,71	7,38	1,75	108,71	2,12
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	210	0,71	0,08	28,55	119,67	3,20
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	83	5,50	1,00	33,00	165,00	0,00
Итого			873	31,98	45,79	119,01	1 022,12	31,42
Полдник								
2012	229,230	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	185	29,89	19,88	24,58	402,59	0,31
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	45	1,12	3,36	9,98	74,75	0,14
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	190	6,06	4,37	26,50	170,71	0,94
2008		ПРЯНИКИ	50	2,95	2,35	37,50	183,00	0,00
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,63	0,05	9,80	42,78	1,00
Итого			580	44,47	30,32	133,45	992,24	2,39
Всего				104,15	102,89	374,47	2 858,51	47,13