

МЕНЮ

16 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								
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,86	4,44	12,68	98,14	0,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	180	7,10	5,42	35,69	220,51	0,49
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	180	4,78	1,13	32,52	159,38	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,97	2,43	11,83	81,70	0,56
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	245	0,19	0,00	16,54	66,92	0,04
Итого			390	11,93	12,29	60,20	400,35	1,05
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
2008		ЯБЛОКО (аллергии)	73	0,29	0,29	7,19	34,47	7,33
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	45	0,80	3,96	6,12	63,30	3,54
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200	5,77	2,06	23,21	134,66	3,55
2008	280	РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	65	8,44	8,79	5,72	135,63	1,77
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (АЛЛЕРГИКИ)	55	8,32	10,03	4,99	143,34	0,00
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	135	2,10	3,00	13,43	88,95	5,72
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	179	0,89	0,00	22,68	98,21	7,14
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,81	0,37	18,02	86,68	0,00
2008		БАТОН	27	2,00	0,77	13,68	69,71	0,00
Итого			693	22,81	18,95	102,86	677,14	21,72
Полдник								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	39	0,31	0,04	0,97	5,43	3,88
2008	230	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	50	9,53	6,30	1,22	99,64	0,48
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергии)	60	14,14	4,47	0,39	98,15	0,42
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,30	3,52	14,91	101,03	6,93
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (АЛЛЕРГИКИ)	123	2,38	0,48	19,37	91,50	9,80
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,40	0,12	22,75	95,48	0,22
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ	50	5,02	4,10	34,75	196,03	0,17
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	0,98	0,15	6,38	30,60	0,00
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	95	0,76	0,19	7,13	36,11	36,11
2008		ЯБЛОКО (АЛЛЕРГИКИ)	73	0,30	0,30	7,80	37,60	8,00
Итого			555	19,30	14,42	88,11	564,32	47,79
Всего				57,54	48,79	256,81	1 712,45	71,44