

МЕНЮ
5 июня 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								
2018	78	СУП МОЛ. С КРУПОЙ	250	4,6	5,1	38,2	176	0,6
2018	209	ЯЙЦО ВАР.	40	4,2	3,9	0,3	25	0
2018	2	БУТ-Д С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/5/9	3,8	6,2	14,7	136	0
2018	304	КАКАО	180	3	3,6	31,6	122	0,7
Итого			514	15,6	18,8	84,8	459	1,3
II Завтрак								
2013	118	ФРУКТЫ СВ.	100	0,4	0,4	9,5	46	4
Итого			100	0,4	0,4	9,5	46	4
Обед								
2012	13	САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИД.	59	0,7	2,9	2,8	40	4,8
2018	57	ЩИ ИЗ СВ. КАПУСТЫ	202/20	7,3	6,2	7,4	117	9,9
2018	145	ПТИЦА, ТУШ С ОВОЩ.	223	13,1	7	22	209	10
2018	310	КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	13,1	51	1,4
2013	116	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,6	0,1	10,3	49	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30					0
Итого			735	22,8	16,3	55,6	466	26,1
Полдник								
2012	401	ПРОСТОКВАША	214	6	6,7	8,5	123	0,7
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,6	2	16,1	104	0
Итого			239	7,6	8,7	24,6	227	0,7
Ужин								
2018	51	ИКРА ОВОЩ.ЗАКУСОЧНАЯ	60	0,9	2,8	4,9	49	2
2018	90	СУФЛЕ РЫБНОЕ	90/5	9,6	9,5	5,1	149	0,4
2018	187	КАША РИСОВАЯ	130/3	3,2	2,7	33,4	173	0
2018	298	ЧАЙ	180	0,1		7,9	29	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20					0
2013	116	ХЛЕБ ПШ.	25	1,9	0,2	12,7	60	0
Итого			513	15,7	15,2	64	460	2,4
Всего				62,1	59,4	238,5	1658	34,5