

МЕНЮ
24 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	244	ЗАП-КА ИЗ ТВОРОГА С МОРК.	146/20	13,3	11,9	42,1	291	1,1
2018	1	БУТ-Д С МАСЛОМ	32/10	2,3	8,5	15,7	161	0
2018	306	КАКАО	184	5	5,7	35,6	214	0,3
Итого			392	20,6	26,1	93,4	666	1,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ФР.	200	0,6	0,4	31,6	136	1,6
Итого			200	0,6	0,4	31,6	136	1,6
Обед								
2018	30	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛ. ОГУР.	64	1	5,9	5,1	75	2,6
2018	71	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	202/20	5,8	6,5	9,5	132	7,7
2018	86	КНЕЛИ РЫБНЫЕ	78/20	7,9	4,7	10,7	115	0,4
2018	183	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	130/4	6,3	5,1	34	218	0
2018	310	КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛ.	180	0,1	0,1	13,1	51	1,4
2013	116	ХЛЕБ ПШ.	21	1,6	0,1	10,5	50	0
2008		ХЛЕБ РЖ.	27					0
Итого			746	22,7	22,4	82,9	641	12,1
Полдник								
2018	293	РЯЖЕНКА	186	3,6	4,5	7,6	90	0,2
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,6	2	16,1	104	0
Итого			211	5,2	6,5	23,7	194	0,2
Ужин								
2012	13	САЛАТ ИЗ СВ.ПОМИД.	60	0,8	3	2,9	42	5,7
2018	173	ЗАП-КА КАРТ. С ОВОЩ.	179/40	6,3	11,9	33,1	250	13,9
2018	298	ЧАЙ	180	0,1		8	29	0
2013	116	ХЛЕБ ПШ.	21	1,6	0,1	10,5	50	0
2008		ХЛЕБ РЖ.	18					0
Итого			498	8,8	15	54,5	371	19,6
Всего				57,9	70,4	286,1	2008	34,9