

МЕНЮ

25 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	3,7	5,1	36,9	165	0,7
2018	2	БУТ-Д С МАСЛОМ И СЫРОМ	31/5/9	3,9	6,7	15,1	142	0
2018	302	КОФ. НАПИТОК	180	3	3,5	34,8	131	0,8
Итого			475	10,6	15,3	86,8	438	1,5
II Завтрак								
2013	118	ФРУКТЫ СВ.	100	1,1	0,4	14,3	65	2,8
Итого			100	1,1	0,4	14,3	65	2,8
Обед								
2018	14	САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ	60	0,6	3	2,2	37	2,8
2018	60	БОРЩ	200/20	3,8	4,6	10,9	109	7,3
2018	125	ЗАП-КА КАРТОФ.С МЯСОМ	181/30	12	18,8	28,2	360	13,7
2018	309	КОМПОТ ИЗ СУХ-В	180			9,7	35	0
2013	116	ХЛЕБ ПШ.	26	2	0,2	12,9	61	0
2008		ХЛЕБ РЖ.	22					0
Итого			719	18,4	26,6	63,9	602	23,8
Полдник								
2012	401	КЕФИР	179	5	4,4	7	83	0,5
2018	230	ЛАПШЕВИК С ТВ.	108/10	6	5,2	25,3	153	0,1
Итого			297	11	9,6	32,3	236	0,6
Ужин								
2008	246	ОГУРЦЫ СВ. НАРЕЗКА	59	0,5	0,1	1,6	8	2,5
2018	91	РЫБА " АППЕТИТНАЯ"	240	11,9	16,4	13,5	258	21,4
2018	300	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		8,1	30	0,7
2013	116	ХЛЕБ ПШ.	21	1,6	0,1	10,4	49	0
2008		ХЛЕБ РЖ.	33					0
Итого			533	14,1	16,6	33,6	345	24,6
Всего				55,2	68,5	230,9	1686	53,3