

МЕНЮ
25 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								
2018	210	КАША"ДРУЖБА"	180/5	5,5	7,7	49,3	249	0,7
2018	2	БУТ-Д С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/5/13	4,3	7,4	14,7	149	0
2018	302	КОФ. НАПИТОК	180	2,9	3,4	33,9	128	0,7
Итого			413	12,7	18,5	97,9	526	1,4
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								
2018	14	САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ	64	0,6	2,9	2,3	36	3
2018	63	СУП С МАКАРОН. ИЗД.	200	1,9	1,8	16,7	90	5,3
2018	124	ЗАП-КА КАПУСТ. С МЯСОМ	180	14,7	16,5	25	324	33,6
2018	309	КОМПОТ ИЗ СУХ-В	180			9,7	35	0
2013	116	ХЛЕБ ПШ.	30	2,3	0,2	15,2	72	0
2008		ХЛЕБ РЖ.	38					0
Итого			692	19,5	21,4	68,9	557	41,9
Полдник								
2012	401	КЕФИР	217	6,1	5,2	8,4	101	0,6
2018	285	БУЛОЧКА ТВ.	59	5,6	3,1	29,4	153	0
Итого			276	11,7	8,3	37,8	254	0,6
Ужин								
2008	246	ОГУРЦЫ СВ. НАРЕЗКА	65	0,5	0,1	1,6	9	2,7
2018	83	РЫБА В ОМЛЕТЕ	80	9,1	4,8	3,6	88	0,2
2018	177	КАРТОФ. ПЮРЕ С МОРК.	130	2,4	2,8	19,5	111	8,1
2018	300	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		7,9	30	0,7
2013	116	ХЛЕБ ПШ.	20	1,5	0,1	10	47	0
2008		ХЛЕБ РЖ.	26					0
Итого			501	13,6	7,8	42,6	285	11,7
Всего				57,9	56,4	256,7	1668	59,6