

МЕНЮ
27 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	210	КАША"ДРУЖБА"	180/5	5,4	7,2	48,9	245	0,6
2018	2	БУТ-Д С МАСЛОМ И СЫРОМ	32/5/9	3,9	5,9	15,7	138	0
2018	302	КОФ. НАПИТОК	180	2,8	3,3	33,6	126	0,7
Итого			411	12,1	16,4	98,2	509	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								
2018	14	САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ	64	0,6	3,1	2,3	38	3
2018	63	СУП С МАКАРОН. ИЗД.	199	2	1,7	16,9	90	5,3
2018	124	ЗАП-КА КАПУСТ. С МЯСОМ	180	14,6	16,5	24,8	324	33,6
2018	309	КОМПОТ ИЗ СУХ-В	180			9,7	35	0
2013	116	ХЛЕБ ПШ.	32	2,5	0,2	16,2	77	0
2008		ХЛЕБ РЖ.	34					0
Итого			689	19,7	21,5	69,9	564	41,9
Полдник								
2012	401	КЕФИР	223	6,3	5,4	8,6	104	0,6
2018	285	БУЛОЧКА ТВ.	54	4,9	2,8	28,7	145	0
Итого			277	11,2	8,2	37,3	249	0,6
Ужин								
2008	246	ОГУРЦЫ СВ. НАРЕЗКА	63	0,5	0,1	1,6	9	2,7
2018	83	РЫБА В ОМЛЕТЕ	80	9,1	4,8	3,7	89	0,2
2018	177	КАРТОФ. ПЮРЕ С МОРК.	130	2,4	2,7	19,5	110	8,1
2018	300	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		8,2	31	0,7
2013	116	ХЛЕБ ПШ.	21	1,6	0,1	10,8	51	0
2008		ХЛЕБ РЖ.	23					0
Итого			497	13,7	7,7	43,8	290	11,7
Всего				57,1	54,2	258,7	1658	59,5