

МЕНЮ
17 апреля 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	5,3	5,6	48,6	227	0,6
2018	302	КОФ. НАПИТОК	180	2,8	3,3	27,6	105	0,7
2018	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	34/10	4,5	2,7	18,6	117	0,1
Итого			404	12,6	11,6	94,8	449	1,4
II Завтрак								
2008		ФРУКТ	80	0,3	0,3	6,7	32	2,8
Итого			80	0,3	0,3	6,7	32	2,8
Обед								
2018	36	САЛАТ "ЗДОРОВЬЕ"	61	0,9	3	4,5	49	1,9
2018	58	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД.	200	10,1	7,3	13,4	166	5,8
2018	138	КОТЛЕТЫ РУБ. ИЗ КУР С СОУСОМ	82/30	9,6	9,8	9,4	165	0,4
2018	148	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,4	4,7	19,9	131	8,3
2018	320	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	18,6	73	1,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	11	0,9	0,1	5,7	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,7	0,3	13,1	55	0
Итого			725	25,7	25,3	84,6	666	17,6
Полдник								
2018	293	КЕФИР	155	4,5	3,9	6,2	74	1,1
2012	474	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	56	3,1	0,8	37	158	0
Итого			211	7,6	4,7	43,2	232	1,1
Ужин								
2018	85	КОТЛЕТА РЫБНАЯ С СОУСОМ	78/30	6,6	7,6	11,9	141	1,2
2018	150	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	149	3,4	5,6	15,1	123	31,9
2018	300	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		8,1	30	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,2	0,2	8,8	37	0
Итого			458	11,3	13,4	43,9	331	33,8
Всего				57,5	55,3	273,2	1710	56,7