

МЕНЮ
18 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	78	КАША ПШЕНИЧНАЯ	180	6,3	4,5	49	221	0,6
2018	300	ЧАЙ С МОЛ.СГУЩ.	180	3,6	4,1	27,1	160	0,2
2018	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	19/3	1,5	2,5	9,7	70	0
Итого			382	11,4	11,1	85,8	451	0,8
II Завтрак								
2012	399	СОК	200	0,6	0,4	31,6	136	1,6
2008		ФРУКТ	100	0,6	0,1	5,4	29	40,2
Итого			300	1,2	0,5	37	165	41,8
Обед								
2018	49	ИКРА МОРКОВНАЯ	59	1,2	4,7	12,7	94	2,5
2018	69	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	5,9	6,4	11,1	138	6,4
2018	124	ЗАПЕКАНКА КАПУСТНАЯ С МЯСОМ	178	15,6	14,7	24,7	318	33,6
2018	309	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			9,7	35	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	0,2	19,4	92	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,5	0,4	18,6	79	0
Итого			700	28,1	26,4	96,2	756	42,5
Полдник								
2008		ВАФЛИ	24	0,7	0,8	18,2	63	0
2018	293	РЯЖЕНКА	182	3,5	4,5	7,5	88	0,2
Итого			206	4,2	5,3	25,7	151	0,2
Ужин								
2018	240	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛ. СГУЩ.	128/20	14,9	10,3	40,7	271	0,3
2018	298	ЧАЙ С САХАРОМ	181	0,1		11,5	42	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,5	0,1	9,7	46	0
Итого			348	16,5	10,4	61,9	359	0,3
Всего				61,4	53,7	306,6	1882	85,6