

МЕНЮ
16 октября 2025 г.

Сад 10,5 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								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	3,03	5,29	20,60	138,60	0,00
2008	б/н	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	30	0,90	0,06	1,89	11,64	1,20
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	10,27	11,57	5,09	166,11	0,52
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,93	3,31	12,95	98,38	0,68
Итого			405	18,13	20,23	40,53	414,73	2,40
II Завтрак								
2012	399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,87	0,17	17,63	75,08	1,44
Итого			180	0,87	0,17	17,63	75,08	1,44
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И СВЕКЛЫ	50	0,69	2,97	3,81	44,85	1,50
2008	89	РАССОЛЬНИК РЫБНЫЙ	180	3,35	3,13	22,87	133,80	5,07
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	11,11	11,34	6,95	173,97	0,01
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,51	4,54	28,76	173,98	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	6,92	27,65	0,00
2008	б/н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,00	0,13	6,40	31,00	0,00
Итого			660	20,66	22,11	75,71	585,25	6,58
Уплотненный Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	120	20,23	16,48	21,39	318,41	0,20
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,85	2,33	7,36	53,97	0,16
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	190	0,10	0,00	6,98	28,29	0,02
2008	б/н	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ/ПЕЧЕНЬЕ	10	0,72	0,91	7,09	39,48	0,00
2008	б/н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/АПЕЛЬСИНЫ	100	0,90	0,20	8,10	43,01	60,01
Итого			450	22,80	19,92	50,92	483,16	60,39
Всего				62,46	62,43	184,79	1 558,22	70,81