

МЕНЮ

21 июля 2025 г.

Сад 10 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								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	88/5	8,17	15,31	1,63	177,11	0,12
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ)	58	1,10	5,15	4,46	68,89	4,05
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	32	2,46	0,20	16,15	76,23	0,00
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	188	0,91	0,18	18,37	78,21	1,50
Итого			371	12,64	20,84	40,61	400,44	5,67
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,81	47,06	10,01
Итого			100	0,40	0,40	9,81	47,06	10,01
Обед								
2012	86	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	200	2,15	4,57	10,86	93,02	0,33
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР ЦЫПЛЕНКА	60	9,38	6,09	11,86	139,72	0,10
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	141	2,19	11,14	12,10	163,04	8,72
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	32	2,46	0,20	16,15	76,23	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,07	0,28	13,25	63,74	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	13,92	55,64	0,00
Итого			644	18,25	22,28	78,14	591,39	9,15
Полдник								
2012	188	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ	122	4,61	7,43	34,62	225,29	0,32
2012	491	ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	30	0,12	0,00	19,21	77,29	0,06
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	183	3,63	3,02	15,15	103,38	0,59
Итого			335	8,36	10,45	68,98	405,96	0,97
Всего				39,65	53,97	197,54	1 444,85	25,80

ПОВАР

Матвиевская Любовь Александровна