

МЕНЮ

22 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								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	190	6,37	8,83	25,76	208,68	0,53
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	32	2,40	0,20	15,81	74,63	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,06	0,00	9,81	39,43	0,01
Итого			412	8,83	9,03	51,38	322,74	0,54
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,02	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,02	10,00
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	255/5	1,89	6,04	12,04	113,44	8,00
2012	248	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	71	8,83	3,56	11,22	112,32	0,17
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,38	3,88	19,21	121,36	9,70
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	32	2,40	0,20	15,81	74,63	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,01	0,27	12,85	61,81	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,14	0,14	20,72	85,61	1,44
Итого			703	17,65	14,09	91,85	569,17	19,31
Полдник								
2012		ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	127/5	1,99	4,58	15,66	111,79	0,00
2008	434	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	33	2,42	2,85	18,59	109,91	0,14
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,59	2,23	13,97	86,96	0,48
Итого			345	7,00	9,66	48,22	308,66	0,62
Всего				33,88	33,18	201,25	1 247,59	30,47

ПОВАР

Матвиевская Любовь Александровна