

МЕНЮ**25 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	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	198	3,80	8,81	20,99	184,99	15,79
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	37	2,81	0,23	18,46	87,12	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ С ЛИМОНОМ	180	0,25	0,18	21,75	92,14	3,14
Итого			415	6,86	9,22	61,20	364,25	18,93
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	46,99	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	46,99	10,00
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,53	4,24	14,65	114,96	3,49
2008	288	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	72	10,39	10,35	7,50	164,48	0,00
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	80	3,51	2,89	20,51	121,94	0,00
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	70	2,94	5,67	7,07	90,98	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	37	2,81	0,23	18,46	87,12	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,36	0,31	15,14	72,84	0,00
2012	381	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (ВИТАМИННЫЙ)	180	0,12	0,05	29,41	118,99	18,57
Итого			675	26,66	23,74	112,74	771,31	22,06
Полдник								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	122	3,90	2,90	24,76	141,67	0,00
2008	434	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	26	1,89	2,24	14,61	86,36	0,11
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	179	0,86	0,17	17,50	74,49	1,43
Итого			327	6,65	5,31	56,87	302,52	1,54
Всего				40,57	38,67	240,61	1 485,07	52,53

ПОВАР

Матвиевская Любовь Александровна