

МЕНЮ

14 июля 2025 г.

Сад 3 -7 лет

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	184	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ *	180	4,59	4,05	26,10	150,21	1,16
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ *	40/10/7	4,70	8,00	7,20	119,90	0,00
2011	390	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ *	180	2,26	2,31	22,55	120,23	0,11
Итого			417	11,55	14,36	55,85	390,34	1,27
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ*	100	0,00	0,00	8,00	33,33	86,00
Итого			100	0,00	0,00	8,00	33,33	86,00
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ *	60	0,48	0,00	1,44	8,40	0,00
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ *	180	2,04	5,03	14,18	115,05	8,76
2008	323	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ *	130	3,77	3,43	27,03	155,07	0,00
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА *	70/50	10,99	26,96	4,23	304,79	0,80
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ*	180	0,13	0,00	21,03	84,58	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ *	50	3,10	0,60	15,80	82,70	0,00
Итого			720	20,51	36,02	83,71	750,59	9,56
Полдник								
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ 2,5 %*	180	5,04	3,94	7,36	85,07	1,26
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ *	50	3,70	6,60	26,90	182,20	0,00
Итого			230	8,74	10,54	34,26	267,27	1,26
Ужин								
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ *	130	2,32	3,94	15,38	107,35	7,38
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ*	50	8,35	10,33	4,22	143,96	0,13
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ *	50	0,84	1,81	4,77	39,96	1,83
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ *	180	0,20	0,20	14,10	60,70	1,80
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ *	40	3,00	0,30	19,70	94,00	0,00
Итого			450	14,71	16,58	58,17	445,97	11,14
Всего				55,51	77,50	239,99	1 887,50	109,23

Диетсестра



Кириллова В.А.