

МЕНЮ

16 июля 2025 г.

Сад 3-7 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ *	160/10	29,42	19,72	32,06	432,06	0,35
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ*	40/7	1,60	0,30	9,70	94,00	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ *	180	2,60	0,50	25,90	118,30	0,90
Итого			397	33,62	20,52	67,66	644,36	1,25
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	25	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ*	60	0,62	6,07	2,21	67,19	45,08
2008	100	СУП ЛАПША ДОМАШНЯЯ С КУРИЦЕЙ ***	180/10	3,72	3,45	13,15	99,16	3,02
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ *	130	2,30	3,60	21,30	127,10	0,00
2008	271	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ *	70	12,30	14,10	9,70	152,80	0,00
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ *	50	0,84	1,79	4,80	39,84	1,84
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ *	180	0,20	0,20	14,10	60,70	1,80
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ *	50	3,10	0,60	15,80	82,70	0,00
Итого			730	23,08	29,81	81,06	629,49	51,74
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ *	180	3,00	3,20	4,70	60,00	0,00
2008		ПРЯНИКИ *	50	2,50	3,00	36,50	185,00	0,00
Итого			230	5,50	6,20	41,20	245,00	0,00
Ужин								
2008	179	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА *	100	1,54	3,85	4,15	111,00	0,00
2008	289	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ *	50	7,81	19,97	0,59	213,40	0,28
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364 *	50	0,67	4,84	6,18	71,64	1,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА *	180	0,60	0,00	23,00	94,90	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ *	40	3,00	0,30	19,70	94,00	0,00
Итого			420	13,62	28,96	53,62	584,94	1,28
Всего				75,82	85,49	251,54	2 137,12	140,27

Диетсестра

Кириллова В.А.