

МЕНЮ

17 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ *	180	6,17	6,48	32,11	211,20	0,44
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	22,44	119,75	0,11
Итого			417	13,13	16,79	61,75	450,85	0,55
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								
2011	190	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ *	60	0,96	6,05	5,69	81,64	9,19
2008	93	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ "КУДРЯВЫЙ" *	180	4,12	5,07	13,93	121,00	4,76
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ *	100	1,60	3,30	10,20	108,30	0,00
2008	264	МЯСО (СВИНИНА) В СОУСЕ*	100	11,20	28,78	8,24	336,99	0,96
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ*	180	0,14	0,00	21,01	84,51	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ *	50	3,10	0,60	15,80	82,70	0,00
Итого			670	21,12	43,80	74,87	815,14	14,91
Полдник								
2008	435	НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ РЯЖЕНКА 2,5 % *	180	0,81	3,51	6,66	76,59	0,90
2008	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ПОВИДЛОМ *	50	3,27	3,07	32,92	153,13	0,04
Итого			230	4,08	6,58	39,58	229,72	0,94
Ужин								
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ *	130	2,33	3,89	15,41	107,03	7,38
2008	228	РЫБА ,ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ*	80	9,39	0,53	0,47	44,49	0,63
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			430	14,92	4,92	49,67	306,22	9,81
Всего				53,25	72,09	233,87	1 835,26	112,21

Диетсестра

Кириллова В.А.

Кириллова В.А.