МЕНЮ

25 июля 2025 г.

Сад 3 -7 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2011	155	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" *	180	4,52	6,68	26,20	184,03	0,48
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ*	40/7	1,60	0,30	9,70	94,00	0,00
2011	389	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ *	180	2,00	1,40	21,90	117,10	0,00
Итого			**407**	**8,12**	**8,38**	**57,80**	**395,13**	**0,48**
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	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ **	60	0,55	6,08	2,07	65,97	9,60
2012	78	СУП САХАЛИНСКИЙ *	180	2,64	7,44	6,24	101,02	0,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ *	130	2,00	4,00	12,20	153,91	0,00
2012	312	КНЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ *	100	18,94	19,90	11,87	303,48	2,06
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ *	180	0,19	0,14	24,39	100,83	1,76
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ *	50	3,10	0,60	15,80	82,70	0,00
Итого			**700**	**27,42**	**38,16**	**72,57**	**807,91**	**13,42**
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ *	180	3,00	3,20	4,70	60,00	0,00
2012	474	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ *	50	3,63	4,41	29,71	173,32	0,02
Итого			**230**	**6,63**	**7,61**	**34,41**	**233,32**	**0,02**
Ужин								
2008	210	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ *	170	8,76	11,00	34,16	273,53	0,04
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			**390**	**12,36**	**11,30**	**76,86**	**462,43**	**0,04**
Всего				**54,53**	**65,45**	**249,64**	**1 932,12**	**99,96**

Диетсестра _____ Кириллова В.А.