



МЕНЮ
6 ноября 2025 г.

Сад

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								
2011	11/4	КАША ПШЕНИНАЯ	150	3,37	3,20	23,41	135,81	0,00
2011	12/10	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,35	0,00	6,82	28,71	0,07
2008	1/13	ХЛЕБ С МАСЛОМ	40	3,40	6,94	38,68	230,81	0,00
Итого			370	7,12	10,14	68,91	395,33	0,07
II Завтрак								
	12	СОК	101	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			101	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2011	32/1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЬМ ГОРОШКОМ	50	1,48	5,55	5,21	76,68	2,70
2011	5/2	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	160	1,44	4,05	9,96	82,22	4,36
2011	8/9	СУФЛЕ ИЗ КУРЫ	70	14,80	18,77	0,14	228,83	0,58
2011	6/3	СЛОЖНЫЙ ГАРНИР (КАПУСТА ТУШ, КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	195	3,98	4,63	19,92	139,21	31,74
	6/10	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,21	0,43	20,56	98,92	0,00
Итого			705	24,91	33,43	60,63	645,21	39,38
Полдник								
2011	13/5	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	170	23,51	22,45	19,60	379,60	0,99
2011	2/11	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ	40	0,01	1,28	3,88	27,05	0,00
2011	10/10	ЧАЙ	180	0,35	0,00	6,82	28,71	0,07
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	3,26	0,33	37,46	165,84	0,00
Итого			429	27,13	24,06	67,76	604,20	1,06
Всего				59,66	67,73	207,20	1684,74	42,51

Т.Е. Захаревич