

МЕНЮ 17 декабря 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	15/4	КАША ПШЕНИЧНАЯ	150	3,37	2,79	21,72	125,26	0,00
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	0,15	0,00	7,24	29,52	0,00
2012	11	БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ ИЛИ ДЖЕМОМ	45	1,76	0,16	35,09	148,88	0,05
Итого			345	5,28	2,95	64,05	303,66	0,05
II Завтрак								
	12	СОК	100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2011	23/1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	50	0,65	4,11	3,55	53,95	1,77
2011	14/2	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	155	1,27	4,15	7,02	70,81	5,43
2011	5/9	БИТОЧКИ (КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА КУР	80	13,67	12,84	13,36	223,81	0,55
2011	1/11	СОУС МОЛОЧНЫЙ (для подачи к блюду)	40	0,01	1,60	0,40	16,03	0,00
2011	44/3	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ОВОЩАМИ	110	4,99	5,56	31,30	195,28	0,66
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,21	0,43	20,56	98,92	0,00
2011	36	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	13,07	52,25	16,80
Итого			665	23,80	28,69	89,26	711,05	25,21
Полдник								
2011	8/3	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	160	3,51	3,30	13,26	99,18	33,39
2011	10/10	ЧАЙ	180	0,35	0,00	6,84	28,74	0,07
2011	9	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,32	0,33	38,16	168,93	0,00
2001	271	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ	60	0,24	5,75	6,05	76,77	0,05
Итого			440	7,42	9,38	64,31	373,62	33,51
Всего				37,00	41,12	227,52	1 431,33	60,77

См.