



МЕНЮ

1 июля 2025 г.

Если 12 часов

Сбор- ная реце- птур	№ тех- карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочно-растительное несоленое)	155	5,69	6,88	21,12	169,99	0,68
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочно-растительное несоленое, хлеб пшеницы формовой муки высш сорта)	15/7	1,21	5,91	7,73	89,01	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	165/5	0,11	0,00	5,33	21,75	0,02
Итого			347	7,01	12,79	34,18	280,75	0,70
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоко)	100	0,40	0,40	9,79	46,97	9,99
Итого			100	0,40	0,40	9,79	46,97	9,99
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА ОВОЩНОМ БУЛЬОНЕ (картофель, капуста квашеная, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности)	150	2,72	3,70	16,51	111,36	4,23
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (говяжья печень, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	100/30	15,52	6,46	3,17	151,20	11,27
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа рисовая, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сливочно-растительное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности)	100	2,64	4,08	16,39	113,29	0,26
2008		ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ(ХЛЕБ) (хлеб ржанко-пшеничный обог. микроэлементами)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА (сок яблочный, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	160	0,53	0,11	17,89	74,32	0,88
Итого			580	24,06	14,70	70,92	531,75	16,64
Полдник								
2008		МОРКОВЬ ТЕРТАЯ (морковь, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок)	65	0,85	1,24	6,86	42,80	3,26
2008		ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ (БАТОН) (хлеб пшеницы формовой муки высшего сорта)	25	1,93	0,16	12,69	59,89	0,00
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	150	4,50	1,50	6,30	60,00	0,75
Итого			240	7,28	2,90	25,85	162,69	4,01
Ужин								
2008	235	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО- РУССКИ (рыба минтай филе, картофель, масло сливочно-растительное несоленое, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорта, лук репчатый, сыр российский)	200	13,65	8,98	19,13	212,70	8,41
2008		ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ(БАТОН) (хлеб пшеницы формовой муки высшего сорта)	25	1,93	0,16	12,69	59,89	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	170	3,55	3,72	12,08	96,98	0,62
Итого			395	19,13	12,86	43,90	369,57	9,03
Итого				57,88	43,65	184,64	1 391,73	40,37



МЕНЮ

1 июля 2025 г.
Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ (пшени, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	7,57	9,06	28,83	228,57	0,87
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшенич-формовой мука высш.сорт)	30/8	2,33	6,75	15,11	130,57	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180/6	0,12	0,00	6,07	24,75	0,02
Итого			424	10,02	15,81	50,01	383,89	0,89
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблон)	110	0,44	0,44	10,78	51,72	11,01
Итого			110	0,44	0,44	10,78	51,72	11,01
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА ОВОЩНОМ БУЛЬОНЕ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности)	200	2,66	3,64	16,31	109,49	4,19
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (говяжья печень, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	120/35	19,34	8,13	3,18	186,25	14,14
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа рисовая, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности)	120	4,07	4,61	28,81	173,41	0,31
2008		ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ(ХЛЕБ) (хлеб диано-пшеничный обог. микроэлементами)	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА (сок яблочный, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	185	0,53	0,11	22,46	92,56	0,87
Итого			710	29,91	16,93	91,96	663,69	19,51
Полдник								
2008		МОРКОВЬ ТЕРТАЯ (морковь, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок)	65	0,85	1,36	5,78	39,50	3,25
2008		ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ (БАТОН) (хлеб пшенич-формовой мука высш.сорт)	35	2,67	0,22	17,59	83,01	0,00
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	181	6,00	2,00	8,40	80,00	1,00
Итого			281	9,52	3,58	31,77	202,51	4,25
Ужин								
2008	235	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ (рыба минтай филе, картофель, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, лук репчатый, сыр российский)	240	16,70	12,27	20,42	259,94	9,12
2008		ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ(БАТОН) (хлеб пшенич-формовой мука высш.сорт)	35	2,67	0,22	17,59	83,01	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	200	4,60	4,81	16,00	126,92	0,81
Итого			475	23,97	17,30	54,01	469,87	9,93
Всего				73,86	54,06	238,53	1 771,68	45,59