



МЕНЮ 15 мая 2025 г.

Сад 12 часов

Сад 12 часов								
Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ НА МОЛОКЕ (крупа пшеничная полутвердая, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	7,00	8,19	27,08	211,13	0,78
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеницы формовой мука высш.сорт)	35/8	2,71	6,80	17,62	142,58	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	3,65	3,77	14,52	107,61	0,63
Итого			423	13,36	18,76	59,22	461,32	1,41
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоко)	110	0,44	0,44	10,78	51,70	11,00
Итого			110	0,44	0,44	10,78	51,70	11,00
Обед								
2012	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОНАМИ (макаронные изделия высш.сорт, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	5,58	7,49	17,03	159,06	0,83
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (свинина мясная, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь)	180	12,64	27,08	25,15	395,45	12,50
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (виноград сушеный (изюм), сахар песок, вода питьевая)	200	0,40	0,09	17,26	72,10	0,00
		ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ(ХЛЕБ) (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	50	3,26	0,40	21,26	103,26	0,00
Итого			630	21,88	35,06	80,70	729,87	13,33
Полдник								
2008		ЗЕФИР (зефир)	50	0,40	0,05	39,90	163,00	0,00
2008		ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ(БАТОН) (хлеб пшеницы формовой мука высш.сорт)	25	1,91	0,16	12,55	59,21	0,00
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА (сок яблочный, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	185	0,51	0,10	21,23	87,46	0,82
Итого			260	2,82	0,31	73,68	309,67	0,82
Ужин								
2012	233	СЫРНИКИ С МОРКОВЬЮ (творог 5,0% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, крупа манная, яйца куриные (кат. I), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	150	16,93	12,09	25,63	282,08	0,84
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ (мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности)	50	0,77	1,59	3,76	32,47	0,01
2008		ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ(БАТОН) (хлеб пшеницы формовой мука высш.сорт)	25	1,91	0,16	12,55	59,21	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, чай черный байховый)	200	4,34	4,66	13,87	115,89	0,80
Итого			425	23,95	18,50	55,81	489,65	1,65
Всего				62,45	73,07	280,19	2 042,21	28,21