

МЕНЮ

16 мая 2025 г.

Если 12 часов

Сбор-ник ре-цеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (пшеница, рисовая, пшеница, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сливочное-рафинированное, сахар песок, соль йодированная)	155	5,18	6,61	22,43	170,75	0,62
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное-рафинированное, хлеб пшеничный формовой, мука высшего сорта)	207	1,56	5,76	10,09	98,52	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	170/6	0,11	0,00	5,82	23,67	0,02
Итого			358	6,85	12,37	38,34	292,94	0,64
II Завтрак								
2008		ГРУША (груша)	110	0,44	0,33	11,32	51,66	5,50
Итого			110	0,44	0,33	11,32	51,66	5,50
Обед								
2012		БУЛЬОН КУРИНЫЙ (вода питьевая, лук репчатый, морковь, соль йодированная, крупа манная)	150	0,69	0,07	4,53	21,47	0,42
2008	73	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА (хлеб пшеничный формовой, мука высшего сорта)	14	1,41	0,12	9,22	43,52	0,00
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ (бройлеры (филе) порции: 1 килограмм, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сливочное-рафинированное, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, яйца куриные (ШЛД))	80	19,65	19,22	6,37	277,42	0,90
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, соль йодированная)	125	3,12	3,26	9,11	80,13	29,51
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	170	0,00	0,00	5,09	20,36	0,00
		ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ(ХЛЕБ) (хлеб разнотравный обог. микроэлементами)	40	2,61	0,32	17,01	82,61	0,00
Итого			579	27,48	22,99	51,33	525,51	30,83
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА (молоко 2,5% жирности)	150	4,50	1,50	6,30	60,00	0,75
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" (мука пшеничная высшего сорта, сахар песок, масло сливочное-рафинированное, яйца куриные (ШЛ), молоко пастер. 3,2% жирности, творог 5,0% жирности, дрожжи, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	50	6,81	5,42	26,68	183,23	0,07
Итого			200	11,31	6,92	32,98	243,23	0,82
Ужин								
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,93	4,14	5,46	62,76	2,56
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ (рыба горбуша филе, яйца куриные (ШЛ), молоко пастер. 3,2% жирности, масло сливочное-рафинированное, масло подсолнечное рафинированное)	200	23,41	16,31	1,26	245,12	0,32
2008		ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ(БАТОН) (хлеб пшеничный формовой, мука высшего сорта)	25	1,93	0,16	12,68	59,82	0,00
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ (сок яблочный)	150	0,73	0,15	14,70	62,57	1,20
Итого			435	27,00	20,76	34,10	430,27	4,08
				73,08	63,37	168,07	1 543,61	41,87



МЕНЮ
16 мая 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	190	КАША "ДРУЖБА" (пюре рисовое, тыква, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сливочно-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	200	5,82	7,69	25,52	195,50	0,68
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочно-сливочное несоленое, хлеб пшенично-фруктовый мука высшего сорта)	20/7	1,54	5,91	9,89	98,89	0,00
	Техн. 36	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	180	0,12	0,00	7,11	28,91	0,02
Итого			407	7,48	13,60	42,52	323,30	0,70
II Завтрак								
2008		ГРУША (фрукт)	114	0,46	0,34	11,72	53,48	5,69
Итого			114	0,46	0,34	11,72	53,48	5,69
Обед								
2012		БУЛЬОН КУРИНЫЙ (вода питьевая, лук репчатый, морковь, соль йодированная, крупа манная)	200	0,78	0,08	5,10	24,19	0,42
2008	73	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА (хлеб пшенично-фруктовый мука высшего сорта)	10	1,15	0,10	7,61	35,94	0,00
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ (бройлеры целыми порциями, 1 категория, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сливочно-сливочное несоленое, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, яйца куриные (шт.))	115	23,84	23,39	9,39	344,03	1,17
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, соль йодированная)	190	3,78	5,09	11,52	109,17	34,45
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (бананы), сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	5,78	23,10	0,00
		ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ(ХЛЕБ) (хлеб ржанопшеничный обж. маринованный)	49	3,26	0,40	21,26	103,26	0,00
Итого			744	32,81	29,06	60,66	639,69	36,04
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	165	4,50	1,50	6,30	60,00	0,75
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" (мука пшеничная высшего сорта, сахар песок, масло сливочно-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2% жирности, творог 5,0% жирности, дрожжи, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	65	7,82	5,26	29,25	196,10	0,08
Итого			230	12,32	6,76	35,55	256,10	0,83
Ужин								
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	70	0,95	6,87	5,60	87,91	2,62
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ (рыба карповая филе, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2% жирности, масло сливочно-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное)	200	22,95	17,07	1,18	249,80	0,34
2008		ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ(БАТОН) (хлеб пшенично-фруктовый мука высшего сорта)	24	1,86	0,15	12,26	57,87	0,00
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ (сок апельсиновый)	154	0,75	0,15	15,13	64,42	1,24
Итого			448	26,51	24,24	34,17	460,00	4,20
Всего				79,58	74,00	184,62	1 732,57	47,46