



МЕНЮ

17 июня 2025 г.

Сад 12 часов

Код наименование рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	011	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" И ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (овсяные хлопья "Геркулес", крупа гречневая ядрица, вода питьевая, молоко пастер 2.5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	6,50	8,97	24,91	207,01	0,53
34	3	БУТЕРБРОД С ГОЛЛАНДСКИМ СЫРОМ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (сыр голландский (крутый), масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеницы формовой мука высш сорт)	55/10/5	5,36	7,30	20,11	168,13	0,27
	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер 2.5% жирности)	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
			450	16,92	20,64	53,40	469,42	1,74
II Завтрак								
		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Обед								
2008	37	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ (капуста белокочанная, яблоки, вода питьевая, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	50	0,60	2,56	3,74	40,96	6,69
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, вода питьевая, говядина 1 категории, сметана 15% жирности, соль йодированная)	200	8,75	6,22	20,13	175,94	12,59
	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ (ПАРОВОЕ) (рыба минтай неразделанный, молоко пастер 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, соль йодированная, яйца куриные (шт.))	90	14,73	11,65	3,02	176,33	0,16
	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (пшено, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	130	1,91	3,81	22,09	129,94	0,00
	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ"С" (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180/10	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обога микронутриентами)	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			710	29,30	24,68	79,86	663,85	19,44
Полдник								
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер 2.5% жирности, вода питьевая)	180	4,69	3,93	12,98	107,40	0,78
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш сорт)	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого			210	6,94	6,87	35,30	232,50	0,78
Ужин								
0003		БЕЛЯШИ ИЗ ГОВ. МЯСА (мука пшеничная высш сорт, молоко пастер 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, яйца куриные (шт.), говядина 1 категории, крупа рисовая, лук репчатый)	180	19,82	15,94	58,45	456,27	0,59
	430	ЧАЙ С САХАРОМ, ЧЕРНОСЛИВОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, слива сушеная (чернослив))	185/8	0,22	0,07	13,32	55,79	0,12
			373	20,04	16,01	71,77	512,06	0,71