



МЕНЮ

23 сентября 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ 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	221	СЫРНИКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (творог 5,0% жирности, сушеные абрикосы без косточки (курага), мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, соль йодированная)	120/25	24,95	19,01	32,42	405,35	0,34
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеницы формовой мука высш. сорт)	40/8	3,09	6,85	20,13	154,57	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	200	0,00	0,00	29,15	116,62	0,00
Итого			393	28,04	25,86	81,70	676,54	0,34
II Завтрак								
2008		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								
2025	001	САЛАТ "СОЛНЕЧНЫЙ" (морковь, сыр голландский (круглый), яблоки, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	50	2,89	6,78	2,40	83,02	0,86
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, вода питьевая, говядина 1 категории, соль йодированная, сметана 15% жирности)	200	5,80	4,43	16,12	131,76	5,57
2008	272	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВ. МЯСА (говядина 1 категории, хлеб пшеницы формовой мука высш. сорт, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	80	11,75	13,94	7,01	200,13	0,00
2023г	01	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ (горох лущеный, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	14,46	5,49	30,23	228,28	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обогащ. микроэлементами)	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			690	38,21	31,08	86,64	783,87	6,43
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер 2,5% жирности)	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ С ЯЙЦОМ (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.))	100	6,14	7,07	35,27	229,99	9,72
Итого			280	11,20	11,44	43,65	324,27	10,66
Ужин								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, молоко пастер 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	6,58	9,68	24,40	210,43	1,29
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеницы формовой мука высш. сорт)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	180	0,09	0,09	23,76	97,20	2,70
Итого			420	9,72	10,02	68,23	402,36	3,99