



МЕНЮ

30 апреля 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	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
3	3	БУТЕРБРОД С ГОЛЛАНДСКИМ СЫРОМ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (сыр голландский (круглый), масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	55/10/5	5,36	7,30	20,11	168,13	0,27
400	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	160	4,60	3,97	7,61	85,66	0,85
Итого			430	16,46	20,24	52,63	460,80	1,65
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								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (свекла, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, вода питьевая, говядина 1 категории, сметана 15% жирности, соль йодированная)	200	8,20	6,35	17,77	165,59	9,07
2023	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.))	75	7,50	9,39	2,44	124,76	0,07
324	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	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
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			645	20,92	19,99	73,18	560,97	9,14
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Итого			200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Ужин								
2023	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	20,04	15,97	60,86	467,09	0,59
430	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	20,26	16,04	74,18	522,88	0,71
				59,04	56,87	229,59	1 677,65	25,50