



МЕНЮ

1 апреля 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								
	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа ячневая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	7,62	8,73	30,66	232,43	0,78
	*	БУТЕРБРОД СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн. формовой, мука высш. сорт)	48	3,09	6,85	20,13	154,57	0,00
	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
Итого			408	15,40	19,51	63,77	494,40	1,56
II Завтрак								
2008		АПЕЛЬСИН (апельсин)	49	0,42	0,09	3,76	19,99	27,89
Итого			49	0,42	0,09	3,76	19,99	27,89
Обед								
2008	336	МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ (морковь, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	50	0,66	1,70	3,48	32,47	1,04
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, вода питьевая, говядина 1 категории, соль йодированная)	200	9,75	4,60	18,76	155,61	5,60
2008	265	ПЛОВ ИЗ ПЕРЛОВОЙ КРУПЫ С МЯСОМ (говядина 1 категории, крупа перловая, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, томатная паста, соль йодированная)	150	13,09	12,91	30,09	289,10	0,98
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ С ИЗЮМОМ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, виноград сушеный (изюм))	180	0,21	0,12	15,01	62,59	0,90
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			630	27,02	19,77	88,54	641,75	8,52
Полдник								
2008	435	КЕФИР (кефир 2,5 % жирности)	200	5,83	5,03	8,05	106,61	1,41
2008		ПРЯНИКИ (пряники заварные)	25	1,50	1,20	19,10	93,18	0,00
Итого			225	7,33	6,23	27,15	199,79	1,41
Ужин								
2008		КОРОЛЕВСКИЕ ВАТРУШКИ С ПОВИДЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, творог 5,0% жирности, мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), сахар песок, повидло, соль йодированная)	117/30	18,19	16,19	51,26	426,21	0,22
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	6,10	5,30	10,10	113,00	3,00
			347	24,29	21,49	61,36	539,21	3,22
Всего				74,46	67,09	244,58	1 895,14	42,60