



МЕНЮ

8 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

Инв. тур	№ 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	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С КУРЯГОЙ СО СГУЩЕННОЙ (творог 5.0% жирности, мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, сушеные абрикосы без косточки (курага), молоко сгущенное с сахаром 8.5% жирности)	112	23,75	17,76	34,75	398,77	0,46
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	48	3,09	6,85	20,13	154,57	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)	200	0,00	0,00	29,15	116,62	0,00
			360	26,84	24,61	84,03	669,96	0,46
II Завтрак								
		ГРУША (груша)	100	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00
			100	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ (огурцы соленные, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	50	0,46	2,49	1,37	30,57	1,21
2008	77	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСНОМ СО СМЕТАНОЙ (свекла, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, сметана 15% жирности, говядина 1 категории, соль йодированная)	200	7,81	9,35	15,86	182,70	7,86
2012	270	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ПАРОВОЙ (рыба минтай неразделанный, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, молоко пастер. 2.5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	90	13,99	4,68	6,89	125,95	0,24
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	130	3,12	3,99	32,67	178,53	0,00
	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
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
			700	28,69	20,95	87,67	658,43	9,31
Полдник								
2008	435	КЕФИР (кефир 2.5 % жирности)	195	5,68	4,90	7,83	103,77	1,37
2008		ВАФЛИ (вафли с фруктово-ягодной начинками)	25	0,70	0,83	19,33	88,50	0,00
Итого			220	6,38	5,73	27,16	192,27	1,37
Ужин								
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокачанная, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое)	250	4,77	12,11	23,70	225,05	31,45
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	185/8	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
			483	7,82	12,36	51,51	350,74	31,45