



МЕНЮ
8 апреля 2025 г.
Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			энерге- тическая цен- ность,	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	5	0,03	4,19	0,04	37,98	0,00
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (овсяные хлопья "Геркулес", вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	5,56	7,46	20,99	174,27	0,58
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ (молоко пастер. 3,2% жирности, какао-порошок, сахар песок)	180	5,28	5,47	19,15	148,75	0,84
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшеница высш.сорт обог. микроэлементами)	60	4,50	1,74	30,84	157,20	0,00
Итого			445	15,37	18,86	71,02	518,20	1,42
II Завтрак								
2012	368	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (банан)	100	1,46	0,49	20,38	93,16	4,00
Итого			100	1,46	0,49	20,38	93,16	4,00
Обед								
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ (морковь, картофель, лук репчатый, огурцы соленые, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная, курица потрош. 1 категории, крупа перловая, масло растительное рафинированное)	200/10/5	5,20	8,61	13,98	158,08	5,69
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (филе куриное, батон нарезной пшеница высш.сорт обог. микроэлементами, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соусы сливочные, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), лук репчатый, соль йодированная)	80	3,02	7,64	12,59	131,28	0,27
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокачанная, лимонная кислота, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, морковь, лук репчатый, лавровый лист, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, вода питьевая, соль йодированная)	140	3,28	5,56	14,35	122,61	29,64
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, смородина черная, сахар песок, лимонная кислота)	180	0,49	0,28	23,39	101,45	30,22
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	45	2,98	0,40	19,11	91,94	0,00
Итого			660	14,97	22,49	83,42	605,36	65,82
Полдник								
к/к	к/к	БИОЙОГУРТ ОБОГАЩЕННЫЙ (йогурт 2,5% жирности)	180	5,04	4,50	8,12	101,72	1,26
Итого			180	5,04	4,50	8,12	101,72	1,26
Ужин								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	150	8,49	6,89	41,37	261,16	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	180	0,12	0,00	11,71	47,30	0,02
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшеница высш.сорт обог. микроэлементами)	35	2,63	1,02	18,03	91,90	0,00
Итого			365	11,24	7,91	71,11	400,36	0,02
Всего				48,08	54,25	254,05	1 718,80	72,52

Жучихина Е.А.; Защеринская И.В.