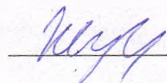




МЕНЮ
30 июня 2025 г.
Сад 12 часов

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	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	5,17	6,17	22,64	166,99	0,58
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	180	0,12	0,00	11,68	47,20	0,02
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, батон нарезной пшеница высш сорт обог. микроэлементами)	60	1,98	0,72	34,17	147,91	12,00
Итого			440	7,27	6,89	68,49	362,10	12,60
II Завтрак								
2012	368	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (яблоки)	100	0,39	0,39	9,51	45,59	4,00
Итого			100	0,39	0,39	9,51	45,59	4,00
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОВЯДИНОЙ (картофель, фасоль, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, говядина 1 категории)	200/15	7,32	6,45	15,08	148,92	5,03
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (огурцы соленные)	60	0,48	0,06	1,02	7,80	3,00
2008	265	ПЛОВ (говядина б/к, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, томатная паста, соль йодированная, полуфабрикат свинина вырезка)	150	14,33	25,16	30,47	268,41	1,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" (сахар песок, вода питьевая, сухофрукты (смесь))	180	0,00	0,00	14,08	56,29	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	36	2,41	0,32	15,41	74,16	0,00
Итого			641	24,54	31,99	76,06	555,58	9,03
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ (молоко пастер. 3,2% жирности)	180	5,06	5,59	8,21	104,76	0,94
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш сорт, вафли с фруктово-ягодной начинкой)	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
Итого			200	6,56	7,55	23,09	188,16	0,94
Ужин								
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	180	4,63	6,47	32,45	207,09	15,89
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (огурцы соленные)	60	0,48	0,06	1,02	7,80	3,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, сахар песок, лимон, вода питьевая)	180/5	0,17	0,01	11,85	49,20	0,99
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшеница высш сорт обог. микроэлементами)	37	2,77	1,07	19,00	96,86	0,00
Итого			462	8,05	7,61	64,32	360,95	19,88
Всего				46,81	54,43	241,47	1 512,38	46,45

 Жучихина Е.А.; Защеринская И.В.