



МЕНЮ

24 марта 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	2,3	5,9	14,4	120	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,5	0,5	10,3	47	0
2008	190	КАША "НЕЖНОСТЬ"	200	4,2	4,7	29,7	176	0
Итого			447	7	11,1	54,4	343	0
II Завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,9	47	2,2
Итого			100	0,5	0,1	10,9	47	2,2
Обед								
		СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	10	8	31,5	238	12,2
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	5,4	4,5	24,8	161	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	10,1	9,6	6	150	0,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	0,3	16,2	78	0
Итого			670	28	22,4	88,2	666	13,1
Полдник								
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	21	1,3	1,7	13,1	73	0
2008	411	КИСЕЛЬ	200			10,5	42	0
Итого			221	1,3	1,7	23,6	115	0
Ужин								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,8	28	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,7	0,2	17,7	84	0
2008	231	РЫБА ПОД ОВОЩНЫМ МАРИНАДОМ	100/20	15	4,7	5,1	124	2,2
Итого			360	17,8	4,9	29,6	236	2,2
Всего				54,6	40,2	206,7	1407	17,5