

МЕНЮ

6 июня 2025 г.

Ранний возраст

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								
2010	4	КАША КУКУРУЗНАЯ (крупа кукурузная, молоко, сахар песок, масло сливочное)	150	4,44	5,07	21,35	149,39	0,00
2010	138	БУЛКА С ПОВИДЛОМ (повидло, хлеб белый)	30/10	2,37	0,31	16,13	77,21	0,02
2010	93	ЧАЙ (чай черный байховый)	150	0,08	0,00	0,16	0,96	0,02
Итого			340	6,89	5,38	37,64	227,56	0,04
II Завтрак								
2008	128	ГРУША (груша)	95	0,38	0,29	9,79	44,65	4,75
Итого			95	0,38	0,29	9,79	44,65	4,75
Обед								
2010	36	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ (масло сливочное, картофель, морковь, лук репчатый, говядина б/к, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.), мука пшеничная)	150/25	11,97	11,06	22,17	236,20	9,44
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (рис, масло сливочное)	120	2,74	2,80	28,73	150,97	0,00
2010	39	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (печень говяжья, масло сливочное, мука пшеничная , лук репчатый, морковь, сметана)	60	9,61	8,39	6,10	139,33	0,44
2010	115	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (шиповник, сахар песок)	150	0,20	0,10	14,30	65,00	200,00
2010	141	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	25	1,84	0,19	11,93	56,99	0,00
2010	140	ХЛЕБ БЕЛЫЙ (хлеб белый)	15	1,20	0,15	7,37	35,70	0,00
Итого			545	27,56	22,69	90,60	684,19	209,88
Ужин								
2010	107	ТУШЕНАЯ МОРКОВЬ С ЯБЛОКАМИ (морковь, яблоки, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое)	50/10	0,74	3,01	7,54	61,00	1,50
2010	114	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ (яйца куриные (шт.), сахар песок, мука пшеничная , молоко, повидло, масло подсолнечное рафинированое, дрожжи)	60	6,04	4,18	45,24	243,32	0,04
2010	93	ЧАЙ (чай черный байховый)	150	0,08	0,00	0,16	0,96	0,02
Итого			270	6,86	7,19	52,94	305,28	1,56
Всего				41,69	35,55	190,97	1 261,68	216,23