

МЕНЮ

11 июня 2025 г.

Дошкольный 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	3	КАША ГРЕЧНЕВАЯ (греча, молоко, сахар песок, масло сливочное)	200	6,73	8,08	28,98	216,26	0,00
2010	136	БУЛКА (хлеб белый)	40	3,10	0,39	19,05	92,34	0,00
2010	146	СЫР ПОРЦИОННО (сыр)	20	5,04	5,06	0,00	66,74	0,06
2010	86	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофе, сахар песок, молоко)	200	4,22	3,64	18,60	125,01	0,00
Итого			460	19,09	17,17	66,63	500,35	0,06
II Завтрак								
2010	91	СОК (сок)	150	0,73	0,15	14,70	98,94	15,00
Итого			150	0,73	0,15	14,70	98,94	15,00
Обед								
2010	32	ЩИ МОЛОЧНЫЕ (молоко, капуста белокочанная, картофель, морковь, масло сливочное, соль)	200	6,23	5,68	20,67	160,34	20,10
2010	79	ОТВАРНЫЕ РОЖКИ (рожки, масло сливочное)	150	5,46	4,79	33,21	197,79	0,00
2010	38	ГУЛЯШ (говядина б/к, масло сливочное, мука пшеничная , лук репчатый, морковь, томатная паста)	80	13,52	14,98	4,98	208,63	0,78
2021	150	НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ "ВИТОШКА" (витаминизированный напиток)	200	0,00	0,00	10,00	40,00	10,00
2010	141	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,95	0,31	19,09	91,18	0,00
2010	140	ХЛЕБ БЕЛЫЙ (хлеб белый)	15	1,20	0,15	7,37	35,70	0,00
Итого			685	29,36	25,91	95,32	733,64	30,88
Ужин								
2010	63	РЫБА ПО-ПОЛЬСКИ (рыба , яйца куриные (шт.), молоко, масло сливочное, мука пшеничная , сметана)	150	25,17	12,94	4,32	233,87	0,25
2010	113	ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	30	2,15	2,74	21,27	118,44	0,00
2010	93	ЧАЙ (чай черный байховый)	200	0,10	0,00	0,20	1,20	0,02
Итого			380	27,42	15,68	25,79	353,51	0,27
Всего				76,60	58,91	202,44	1 686,44	46,21