

МЕНЮ
25 декабря 2025 г.

Дошкольный возраст

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	3	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	200	6,68	8,04	28,90	215,36	0,00
2010	139	БУЛКА СО СГУЩЕННОЙ	40/15	3,10	0,39	19,05	92,34	0,00
2010	83	КАКАО	200	4,17	3,59	18,52	124,03	0,00
Итого			455	13,95	12,02	66,47	431,73	0,00
II Завтрак								
2008		МАНДАРИН	100	0,80	0,20	7,49	37,96	37,96
Итого			100	0,80	0,20	7,49	37,96	37,96
Обед								
2010	21	СУП ГОРОХОВЫЙ	200/20	3,90	1,50	13,40	78,00	3,60
2010	102	СОЛЕНЫЙ ОГУРЕЦ (ПОРЦИЯМИ)	60	0,47	0,06	0,99	7,57	1,20
2010	68	ОВОЩНОЕ РАГУ С МЯСОМ	230/35	2,60	5,80	11,80	115,20	10,10
2021	150	НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ "ВИТОШКА"	200	0,00	0,00	10,00	40,00	10,00
2010	141	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,95	0,31	19,09	91,18	0,00
2010	140	ХЛЕБ БЕЛЫЙ	15	1,20	0,15	7,37	35,70	0,00
Итого			800	11,12	7,82	62,65	367,65	24,90
Ужин								
2010	73	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ	100	20,38	17,89	23,13	336,02	0,00
2010	124	ТОМАТНАЯ ПОДЛИВА	50	0,68	3,26	3,58	46,74	0,90
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/12/8	0,17	0,01	12,06	50,36	3,22
Итого			370	21,23	21,16	38,77	433,12	4,12
Всего				47,10	41,20	175,38	1 270,46	66,98