

МЕНЮ  
25 декабря 2025 г.

Ранний 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	150	5,11	5,37	22,17	157,88	0,00
2010	139	БУЛКА СО СГУЩЕННОЙ	30/20	2,33	0,29	14,29	69,26	0,00
2010	83	КАКАО	150	3,07	2,64	14,74	95,69	0,00
Итого			350	10,51	8,30	51,20	322,83	0,00
II Завтрак								
2010	131	МАНДАРИН	90	0,70	0,17	6,55	33,17	13,68
Итого			90	0,70	0,17	6,55	33,17	13,68
Обед								
2010	21	СУП ГОРОХОВЫЙ	150/15	12,04	4,30	23,04	179,17	6,76
2010	102	СОЛЕНЫЙ ОГУРЕЦ ( ПОРЦИЯМИ )	40	0,31	0,04	0,66	5,04	0,80
2010	68	ОВОЩНОЕ РАГУ С МЯСОМ	180/30	2,60	5,80	11,80	115,20	10,10
2010	110	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00
2010	141	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,84	0,19	11,93	56,99	0,00
Итого			590	16,79	10,33	59,05	402,84	17,66
Ужин								
2010	73	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	16,33	14,35	18,69	269,92	0,00
2010	124	ТОМАТНАЯ ПОДЛИВА	40	0,52	2,46	2,73	35,30	0,72
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/10/6	0,13	0,01	10,02	41,70	2,42
Итого			286	16,98	16,82	31,44	346,92	3,14
Всего				44,98	35,62	148,24	1 105,76	34,48