

МЕНЮ
15 октября 2026 г.
Сад 12 часов

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								
2008	324	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ,МОЛОЧНЫЙ (макаронные изделия 1 сорт, сахар песок, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности)	200	5,70	5,90	19,00	165,00	0,78
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	15	1,16	4,66	7,81	77,82	0,00
2013	493	ЧАЙ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ (молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, чай черный байховый)	180	1,10	1,70	11,20	65,00	0,00
Итого			395	7,96	12,26	38,01	307,82	0,78
II Завтрак								
		СОК МУЛЬТИФРУКТ (сок мультифрукт)	180	0,30	0,00	21,60	65,00	0,00
Итого			180	0,30	0,00	21,60	65,00	0,00
Обед								
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (рыба горбуша филе, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое)	180	6,40	6,40	15,10	190,00	6,02
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (куриная грудка филе, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, лук репчатый, яйцо, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированое)	80	12,67	11,21	12,81	202,51	0,71
2012	406	БИГУС (капуста белокочанная, картофель, перец красный сладкий, лук репчатый, морковь, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое, петрушка (зелень))	150	2,25	3,75	18,64	117,57	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180	0,30	0,00	15,20	62,00	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	20	0,76	0,06	5,02	23,68	0,00
Итого			610	22,38	21,42	66,77	595,76	6,73
Полдник								
		ВАФЛИ "ДОРЛЕТТО" (вафли "дорлетто")	50	2,67	11,16	24,25	208,55	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,80	6,40	9,40	118,00	0,94
Итого			250	8,47	17,56	33,65	326,55	0,94
Ужин								
2008	265	ПЛОВ (говядина б/к, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, морковь)	180	14,41	15,85	30,54	323,04	1,36
2012	393	ЧАЙ СЛАДКИЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,10	0,00	26,00	34,00	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	10	0,76	0,06	5,02	23,68	0,00
2008		АПЕЛЬСИН (апельсин)	100	0,10	0,20	18,20	75,00	60,00
Итого			470	15,37	16,11	79,76	455,72	61,36
Всего				54,48	67,35	239,79	1 750,85	69,81