

# МЕНЮ

17 марта 2025 г.

## Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	416	КАША МАННАЯ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	200	4,09	3,91	33,09	183,17	0,08
2008	2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	27/5/4	3,07	6,37	13,43	123,59	0,01
к/к	к/к	СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	200	1,15	1,21	14,33	72,90	0,06
<b>Итого</b>			<b>436</b>	<b>8,31</b>	<b>11,49</b>	<b>60,85</b>	<b>379,66</b>	<b>0,15</b>
<b>Обед</b>								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	75	0,52	1,50	2,79	27,25	0,84
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	200	4,84	6,59	13,65	134,77	16,20
2008	290	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ ИНДЕЕК	43	9,36	4,21	0,76	89,84	7,02
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	181	4,15	3,52	31,58	175,11	15,75
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,13	0,42	20,06	96,54	0,00
<b>Итого</b>			<b>746</b>	<b>22,00</b>	<b>16,24</b>	<b>74,65</b>	<b>546,73</b>	<b>39,81</b>
<b>Полдник</b>								
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	29	2,14	2,80	21,26	119,15	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ	191	0,00	0,00	16,87	67,46	0,00
			<b>220</b>	<b>2,14</b>	<b>2,80</b>	<b>38,13</b>	<b>186,61</b>	<b>0,00</b>
<b>Ужин</b>								
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	47	11,55	6,20	4,68	121,02	0,19
2008	187	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	120	8,88	1,09	18,57	119,57	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	194	0,12	0,00	8,66	35,10	0,02
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,47	0,20	16,22	76,55	0,00
<b>Итого</b>			<b>393</b>	<b>23,02</b>	<b>7,49</b>	<b>48,13</b>	<b>352,24</b>	<b>0,21</b>
<b>Всего</b>				<b>55,47</b>	<b>38,02</b>	<b>221,76</b>	<b>1 465,24</b>	<b>40,17</b>

Ответственный за питание \_\_\_\_\_ Седова Кристина Илларионовна

# МЕНЮ

17 марта 2025 г.

Дети 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	416	КАША МАННАЯ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	150	3,10	3,07	26,90	147,00	0,06
2008	2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	20/4/4	2,29	5,20	10,01	96,33	0,01
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	150	0,87	0,91	11,29	56,83	0,04
<b>Итого</b>			<b>328</b>	<b>6,26</b>	<b>9,18</b>	<b>48,20</b>	<b>300,16</b>	<b>0,11</b>
<b>Обед</b>								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	74	0,53	1,50	2,81	27,35	0,84
2008	33	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	180	4,26	6,04	12,20	121,55	14,50
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ ИНДЕЕК	44	9,40	4,62	0,76	93,65	7,06
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	181	4,16	3,46	31,59	174,54	15,75
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,48	0,33	15,90	76,49	0,00
<b>Итого</b>			<b>667</b>	<b>20,83</b>	<b>15,95</b>	<b>69,07</b>	<b>516,80</b>	<b>38,15</b>
<b>Полдник</b>								
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	28	2,14	2,79	21,20	118,85	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ	191	0,00	0,00	16,99	67,99	0,00
<b>Итого</b>			<b>219</b>	<b>2,14</b>	<b>2,79</b>	<b>38,19</b>	<b>186,84</b>	<b>0,00</b>
<b>Ужин</b>								
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	47	11,56	6,08	4,51	119,24	0,19
2008	187	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	120	8,88	1,02	18,57	119,03	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	173	0,10	0,00	12,31	49,58	0,02
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,87	0,15	12,29	58,02	0,00
<b>Итого</b>			<b>364</b>	<b>22,41</b>	<b>7,25</b>	<b>47,68</b>	<b>345,87</b>	<b>0,21</b>
<b>Всего</b>				<b>51,64</b>	<b>35,17</b>	<b>203,14</b>	<b>1 349,67</b>	<b>38,47</b>

Ответственный за питание \_\_\_\_\_ Седова Кристина Илларионовна