

# МЕНЮ

27 февраля 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	237	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	140	23,7	16,3	11,4	293	0,4
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ (молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок)	50	1	3,2	3,7	48	0,1
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК СЛАДКИЙ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	2,2	2,2	9,9	70	0,4
2012		БУТЕРБРОД СО СЛИВ. МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон простой)	30/10	2,5	8,6	14,8	146	0
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>29,4</b>	<b>30,3</b>	<b>39,8</b>	<b>557</b>	<b>0,9</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок яблочный)	100	0,5	0,1	10,1	43	2
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ (свекла, огурцы соленые, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное)	50	0,8	2,9	3,2	43	1,7
2008	92	СУП С КЛЕЦКАМИ С КУРИЦЕЙ (мука пшеничная высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, кури потрош. 1 категории, укроп, сметана 15% жирности)	180	8,1	10,5	16,9	197	4,2
2012	304	ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ (кури потрош. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированное)	200	11,4	20,9	34,6	372	2,2
к/к	к/к	НАПИТОК ИЗ ЛИМОНОВ (лимон, сахар песок, вода питьевая)	180	0,1		14,3	59	1,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	50	2	0,3	12,7	61	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный формовой мука высш. сорт)	20	1,5	0,1	10	47	0
<b>Итого</b>			<b>680</b>	<b>23,9</b>	<b>34,7</b>	<b>91,7</b>	<b>779</b>	<b>9,5</b>
<b>Полдник</b>								
2012	401	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ЙОГУРТ) (йогурт 2,5% жирности)	190	5,1	4,7	8,3	104	0,5
2008	451	ВЫПЕЧКА (ПИРОЖКИ С ЯБЛОКАМИ) (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), яблоки)	60	3,1	1,4	23,1	117	0,9
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>8,2</b>	<b>6,1</b>	<b>31,4</b>	<b>221</b>	<b>1,4</b>
<b>Ужин</b>								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	7,3	8,2	35,7	246	0,5
2008	411	КИСЕЛЬ (сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая, ягодная смесь)	200			30,6	123	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ (хлеб пшеничный формовой мука высш. сорт, сыр российский)	30/20	6,4	5,4	15,1	135	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>13,7</b>	<b>13,6</b>	<b>81,4</b>	<b>504</b>	<b>0,5</b>
<b>Всего</b>				<b>75,7</b>	<b>84,8</b>	<b>254,4</b>	<b>2104</b>	<b>14,3</b>

Стоимость для 168р 90к

Бухгалтер \_\_\_\_\_ Алпеева З.В.

Диетсестра  \_\_\_\_\_ Колобова С.Г.