

МЕНЮ

14 июля 2025 г.

Если 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	190	КАША "ДРУЖБА" (рис, пшено, вода питьевая, молоко питьевое, масло сливочное, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок)	170	3,82	10,53	26,96	218,44	0,36
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, молоко питьевое, вода питьевая)	180/10	3,53	2,79	18,99	115,91	0,47
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ (хлеб недлительного хранения 1, консервы фруктовые)	40/30/10	2,22	0,84	21,36	102,00	0,02
Итого			440	9,57	14,16	67,31	436,35	0,85
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок из фруктов и (или) овощей)	190	0,95	0,19	19,19	81,70	3,80
Итого			190	0,95	0,19	19,19	81,70	3,80
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла столовая свежая, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,44	9,72	2,56	99,42	1,20
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (капуста белокочанная свежая , картофель продовольственный свежий, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана , соль пищевая)	150	1,22	11,26	4,78	130,18	6,86
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО СЕРДЦА (ПЕЧЕНИ) ГОВЯЖЬЕГО (субпродукты пищевые говяжьи замороженные, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, мука пшеничная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное)	90	11,74	20,00	8,03	271,96	8,41
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (изделия макаронные, масло сливочное)	135	4,32	8,50	27,43	203,70	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (смесь сухофруктов, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, вода питьевая)	150/10	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб недлительного хранения)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			615	20,37	49,83	69,44	825,54	16,47
Полдник								
2012	401	КЕФИР (кефир)	170	4,78	4,12	6,60	87,40	0,48
2012	474	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ (мука пшеничная, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, молоко питьевое, яйца куриные в скорлупе свежие, дрожжи хлебопекарные сухие, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	120	14,92	16,38	39,25	364,14	0,16
Итого			290	19,70	20,50	45,85	451,54	0,64
Ужин								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК (морковь столовая свежая, яблоки, масло подсолнечное рафинированное)	50	0,42	9,76	2,96	101,95	1,00
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (молоко питьевое, масло сливочное, мука пшеничная, вода питьевая, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок)	55	1,94	9,06	17,91	161,12	0,16
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (сметана , мука пшеничная, вода питьевая, творог , крупа манная, яйца куриные в скорлупе свежие, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, ягоды сушеные, масло сливочное, масло подсолнечное рафинированное, молоко питьевое)	180	23,80	32,40	33,91	530,47	0,29
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО (сок из фруктов и (или) овощей, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, крахмалы, кроме модифицированных, вода питьевая)	205/10	0,30	0,06	23,15	94,09	0,48
2008		БАТОН (хлеб недлительного хранения 1)	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			520	27,96	51,86	88,21	940,03	1,93
Всего				78,55	136,54	290,00	2 735,16	23,69

МЕНЮ

14 июля 2025 г.
Сад 12 часов



Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (рис, пшено, вода питьевая, молоко питьевое, масло сливочное, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок)	200	5,26	7,35	28,04	199,87	0,47
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, молоко питьевое, вода питьевая)	200/7	3,20	3,29	12,79	94,37	0,55
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ (хлеб недлительного хранения 1, консервы фруктовые)	50/30/20	2,25	0,84	26,80	123,92	0,04
Итого			507	10,71	11,48	67,63	418,16	1,06
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок из фруктов и (или) овощей)	181	0,90	0,18	18,25	77,71	3,61
Итого			181	0,90	0,18	18,25	77,71	3,61
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла столовая свежая, масло подсолнечное рафинированное)	50	0,70	2,49	4,10	41,59	1,92
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (капуста белокочанная свежая , картофель продовольственный свежий, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана , соль пищевая)	180	1,14	6,54	4,29	85,79	6,13
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО СЕРДЦА (ПЕЧЕНИ) ГОВЯЖЬЕГО (субпродукты пищевые говяжьи замороженные, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, мука пшеничная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	120	14,23	5,80	2,54	136,39	10,68
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (изделия макаронные, масло сливочное)	135	5,16	3,83	32,95	187,03	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (смесь сухофруктов, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, вода питьевая)	180/7	0,00	0,00	6,79	27,13	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб недлительного хранения)	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			722	24,54	19,10	71,87	579,91	18,73
Полдник								
2008	435	КЕФИР (кефир)	205	5,95	5,13	8,21	108,81	1,44
2012	474	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ (мука пшеничная, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, молоко питьевое, яйца куриные в скорлупе свежие, дрожжи хлебопекарные сухие, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	60	5,92	4,21	31,98	189,58	0,22
Итого			265	11,87	9,34	40,19	298,39	1,66
Ужин								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК (морковь столовая свежая, яблоки, масло подсолнечное рафинированное)	50	0,53	1,03	3,56	26,34	1,18
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (молоко питьевое, масло сливочное, мука пшеничная, вода питьевая, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок)	40	1,42	2,67	6,82	57,04	0,16
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (сметана , мука пшеничная, вода питьевая, творог , крупа манная, яйца куриные в скорлупе свежие, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, ягоды сушеные, масло сливочное, масло подсолнечное рафинированное, молоко питьевое)	155	20,24	13,80	23,19	304,42	0,32
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО (сок из фруктов и (или) овощей, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, крахмалы,кроме модифицированных, вода питьевая)	200/7	0,30	0,06	17,36	70,88	0,48
2008		БАТОН (хлеб недлительного хранения 1)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			482	24,74	18,43	66,35	537,28	2,14
Всего				72,76	58,53	264,29	1 911,45	27,20