

МЕНЮ
29 декабря 2025 г.
Сад 24 часа

| Сбор-ник реце-птур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге- тичес- кая цен- ность, ккал | Вита- мин С, мг |
|-----------------------|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------|------------|------------------|----------------------------------------------------|-----------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 2 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | 30 | 1,40 | 2,10 | 15,80 | 68,00 | 1,80 |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое) | 205 | 7,20 | 8,30 | 35,00 | 224,00 | 0,50 |
| | ТК№0 28 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая) | 180 | 2,80 | 2,40 | 12,70 | 84,00 | 0,50 |
| Итого | | | 415 | 11,40 | 12,80 | 63,50 | 376,00 | 2,80 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | | МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарин) | 100 | 0,81 | 0,31 | 11,54 | 53,00 | 15,20 |
| Итого | | | 100 | 0,81 | 0,31 | 11,54 | 53,00 | 15,20 |
| Обед | | | | | | | | |
| | ТК№0 15 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые) | 50 | 0,40 | 0,00 | 1,30 | 7,00 | 2,00 |
| 2012 | 81 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, соль йодированная) | 200/10 | 3,60 | 4,50 | 20,00 | 161,00 | 3,10 |
| 2012 | 263 | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ (рыба минтай филе, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная) | 80 | 11,24 | 4,68 | 6,14 | 111,89 | 0,12 |
| 2008 | 338 | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (морковь, картофель, горошек зеленый консервы, капуста белокачанная, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сахар песок) | 130 | 1,84 | 0,10 | 8,50 | 75,20 | 8,50 |
| | ТК№0 42 | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (яблоки, сахар песок, крахмал картофельный, лимонная кислота, вода питьевая) | 180 | 0,12 | 0,11 | 11,90 | 49,66 | 1,08 |
| | ТК №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 30 | 2,04 | 0,24 | 12,72 | 61,20 | 0,00 |
| | ТК №004 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | 35 | 2,63 | 1,05 | 18,10 | 92,40 | 0,00 |
| Итого | | | 715 | 21,87 | 10,68 | 78,66 | 558,35 | 14,80 |
| Полдник | | | | | | | | |
| | ТК№0 05 | ЙОГУРТ В ИНД.УПАК. (йогурт 2,5% жирности) | 100 | 2,80 | 2,50 | 4,50 | 56,50 | 0,30 |
| | ТК№0 18 | ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт) | 35 | 4,90 | 6,30 | 26,04 | 174,00 | 0,00 |
| 2012 | 392 | ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 180/6 | 0,00 | 0,00 | 8,40 | 34,00 | 0,00 |
| Итого | | | 321 | 7,70 | 8,80 | 38,94 | 264,50 | 0,30 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2012 | 282 | КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (говядина б/к, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, вода питьевая, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная) | 70 | 12,50 | 12,60 | 10,20 | 99,30 | 0,00 |
| 2008 | 125 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ (картофель, морковь, молоко пастер. 2,5% жирности, дрожжи, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная) | 150 | 3,32 | 3,79 | 19,32 | 125,23 | 9,06 |
| 2012 | 392 | ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 180/6 | 0,00 | 0,00 | 8,40 | 34,00 | 0,00 |
| | ТК №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 25 | 1,70 | 0,20 | 10,60 | 51,00 | 0,00 |
| | ТК №004 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | 20 | 1,50 | 0,60 | 10,32 | 36,80 | 0,00 |
| Итого | | | 451 | 19,02 | 17,19 | 58,84 | 346,33 | 9,06 |
| Всего | | | | 60,80 | 49,78 | 251,48 | 1 598,18 | 42,16 |