



МЕНЮ

22 мая 2025 г.

Если 12 часов

			Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда		Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, мука пшеница, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сливочное рафинированное, запеканка 13% жирности, соль йодированная)	110	15,79	9,55	19,26	229,64	0,16
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (молоко пастер 2,5% жирности, масло сливочное рафинированное, мука пшеничная высшего сорта, яйца куриные, сахар песок, соль йодированная)	30	0,59	1,51	3,92	31,56	0,08
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер 2,5% жирности)	180	1,52	1,10	10,18	56,98	0,24
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (хлеб ржаной, хлеб пшенично-ржаной высшего сорта)	30	3,87	3,10	10,04	84,09	0,07
Итого			380	21,77	15,26	43,40	402,47	0,55
II Завтрак								
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ (сок апельсиновый)	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед								
2012	54	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (свеколка, лук репчатый, помидоры, масло сливочное рафинированное, сахар песок, соль йодированная)	30	0,58	1,81	3,50	30,99	1,75
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С ГРЕНКАМИ (картофель, горох, лук репчатый, морковь, масло сливочное рафинированное, вода питьевая, хлеб пшенично-ржаной высшего сорта, специи 1 категории, соль йодированная)	150/10	7,10	4,92	16,22	137,64	2,79
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ "БИГУС" (капуста белокочанная, масло сливочное рафинированное, морковь, лук репчатый, помидоры, мука пшеничная высшего сорта, сахар песок, специи 1 категории, соль йодированная)	110	8,58	7,44	7,31	131,41	16,74
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (фруктоза (сахар), сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	7,65	30,60	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной-пшеничный обог., микроингредиенты)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			470	17,58	14,15	43,16	371,43	21,28
Уплотненный полдник								
2012	330	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (картофель, морковь, капуста белокочанная, помидоры, лук репчатый, масло сливочное рафинированное, соль йодированная)	110	2,70	2,20	14,89	91,22	14,11
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ (рыба голец, картофель с помидорами, мука пшеничная высшего сорта, яйца куриные (шт.), молоко пастер 2,5% жирности, масло сливочное рафинированное, соль йодированная)	50	9,95	5,38	1,45	93,75	0,18
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ (РЯЖЕНКА) (ряженка 2,5% жирности)	150	4,50	1,50	6,30	60,00	0,75
2008		кондитерское изделие в АССОРТИМЕНТЕ (ВАФЛЯ) (вафли с фруктово-ягодной начинкой)	25	0,70	0,83	19,41	88,91	0,00
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (ГРУША) (груша)	95	0,38	0,29	9,79	44,66	4,75
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенично-ржаной высшего сорта)	40	2,96	0,24	19,47	91,89	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной-пшеничный обог., микроингредиенты)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			490	22,51	10,62	79,79	511,22	19,79
Всего				62,36	40,13	176,45	1 328,12	43,62



МЕНЮ
22 мая 2025 г.
Сад 12 часов

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								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5.0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сливочное несоленое, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	130	16,51	12,59	21,22	267,93	0,16
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (ванилин, сахар, 2.5% жирности, масло сливочное несоленое, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	50	0,95	2,45	6,60	52,38	0,13
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2.5% жирности)	200	3,08	2,43	14,79	93,93	0,52
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (хлеб пшеничный, хлеб пшеничный формовой мука высшего сорта)	35	4,23	3,11	12,56	95,68	0,07
Итого			415	24,77	20,58	55,17	609,92	0,88
II Завтрак								
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ (сок яблочный)	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед								
2008	56	ИКРА СЕВЕКОЛЬНАЯ (картофель, морковь, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	50	0,93	2,49	4,94	46,24	2,86
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С ГРЕНКАМИ (картофель, горох зеленый, лук репчатый, морковь, масло сливоч- ное несоленое, вода питьевая, хлеб пшеничный формовой мука высшего сорта, сахар песок, соль йодированная, говядина 1 категории)	180/10	8,48	5,96	18,37	161,17	3,31
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ " БИГУС" (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высшего сорта, сахар песок, соль йодированная, говядина 1 категории)	150	10,94	10,35	9,69	176,96	21,70
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (грушевые (листья), сахар песок, вода питьевая)	200	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной-пшеничный обог. микроингредиентами)	25	1,66	0,22	10,61	51,04	0,00
Итого			615	22,01	19,02	53,29	474,11	27,87
Уплотненный полдник								
2012	330	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (картофель, морковь, капуста белокочанная, горошек зеленый консервированный, масло сливочное несоленое, соль йодированная)	130	3,00	2,98	17,34	109,00	12,58
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ (рыба хека, картофель, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2.5% жирности, масло сливоч- ное несоленое, соль йодированная)	70	13,95	7,84	2,25	135,16	0,24
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ (РЯЖЕНКА) (ряженка 2.5% жирности)	180	5,40	1,80	7,56	72,00	0,90
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ (ВАФЛЯ) (вафли с фруктово-ягодной начинкой)	35	0,98	1,16	27,07	123,99	0,00
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (ГРУША) (груша)	100	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный формовой мука высшего сорта)	55	4,07	0,33	26,75	126,40	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной-пшеничный обог. микроингредиентами)	25	1,66	0,22	10,61	51,04	0,00
Итого			595	29,46	14,63	101,91	664,59	16,72
Всего				76,74	54,33	220,47	1 691,62	49,47