



# МЕНЮ

7 февраля 2025 г.

## Сад 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>								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	200	5,1	6	26	179	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,1		7,4	30	0
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/6	3,4	1,9	12	79	0
<b>Итого</b>			<b>436</b>	<b>8,6</b>	<b>7,9</b>	<b>45,4</b>	<b>288</b>	<b>0,5</b>
<b>Обед</b>								
2008	99	СУП С ГОРОХОМ И КУРИЦЕЙ	200	6,9	6	14	138	4,2
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	200	8,9	8,9	6,8	146	24
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,5	0,3	16,1	78	0
<b>Итого</b>			<b>650</b>	<b>18,3</b>	<b>15,2</b>	<b>43,7</b>	<b>389</b>	<b>28,2</b>
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
<b>Итого</b>			<b>230</b>	<b>7,9</b>	<b>7,8</b>	<b>31,6</b>	<b>230</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	40	0,6		1,2	7	0,7
2012	249	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	5,8	11,3	1,7	132	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,4	0,2	16	76	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>8,9</b>	<b>11,5</b>	<b>26</b>	<b>244</b>	<b>0,9</b>
<b>Всего</b>				<b>43,7</b>	<b>42,4</b>	<b>146,7</b>	<b>1151</b>	<b>30,6</b>

Повар Лагуф