



# МЕНЮ

18 апреля 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>								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	200	4,9	5,8	25,7	176	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,7	2,2	11,7	78	0,5
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/6	3,4	1,9	12,2	80	0
<b>Итого</b>			<b>436</b>	<b>11</b>	<b>9,9</b>	<b>49,6</b>	<b>334</b>	<b>1</b>
<b>Обед</b>								
2008	99	СУП С ГОРОХОМ И КУРИЦЕЙ	200	6,9	5	14	129	4,2
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	200	9,3	8,9	8,2	153	27,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3	0,4	18,9	91	0
<b>Итого</b>			<b>650</b>	<b>19,2</b>	<b>14,3</b>	<b>46,9</b>	<b>396</b>	<b>31,3</b>
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПРЯНИКИ	30	1,8	1,4	22,5	110	0
<b>Итого</b>			<b>230</b>	<b>7,4</b>	<b>6,3</b>	<b>31,8</b>	<b>215</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	16,5	13,3	13,8	244	0,3
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	50			7,8	31	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,2	0,2	14,7	69	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>18,8</b>	<b>13,5</b>	<b>43,4</b>	<b>373</b>	<b>0,3</b>
<b>Всего</b>				<b>56,4</b>	<b>44</b>	<b>171,7</b>	<b>1318</b>	<b>33,6</b>

Повар Лагуна