МЕНЮ

20 марта 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) № 09/1	5	0,03	4,13	0,04	37,40
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ б/м (аллергики)	40	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ № 03/11	180	7,76	7,71	29,92	220,38
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ б/м (аллергики)	200	0,00	0,00	0,00	0,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 07/3	180	4,12	4,36	15,02	116,89
ЧАЙ С САХАРОМ б/м (аллергики)	180	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ № 06/1	40	2,96	0,24	19,47	91,89
Итого		14,87	16,44	64,45	466,56
II Завтрак					
ЙОГУРТ №07/11	180	5,04	4,50	34,20	101,72
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ б/м (аллергики)	180	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		5,04	4,50	34,20	101,72
Обед					
БОРЩ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ № 01/3	200	6,47	8,56	8,62	134,46
БОРЩ С ГОВЯДИНОЙ Б/М (аллергики)	200	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №02/34	130	5,94	8,63	37,83	252,81
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ б/м (аллергики)	130	0,00	0,00	0,00	0,00
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ №02/8	80	10,90	14,82	11,88	223,16
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ б/м (аллергики)	80	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК № 07/7	180	0,14	0,14	12,06	50,87
ХЛЕБ РЖАНО-ЗАВАРНОЙ 06/2	50	3,31	0,44	21,20	101,98
Итого		26,76	32,59	91,59	763,28
Уплотненный полдник					
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ № 02/26	120	2,36	5,03	19,02	130,99
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ Б/М (аллергики)	120	0,00	0,00	0,00	0,00
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ № 02/29	80/30	16,54	10,43	2,97	171,60
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ б/м (аллергики)	80/30	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ № 07/1	180	0,12	0,00	9,53	38,60
ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ № 06/1	30	2,22	0,18	14,60	68,92
Итого		21,24	15,64	46,12	410,11
Всего		67,91	69,17	236,36	1 741,67