

Согласовано



МЕНЮ

9 апреля 2025 г.

САД 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			энерге- тиче- ска- я цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	65	5,27	5,46	0,78	73,38	0,06
2008		БАТОН (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (молоко пастер. 2,5% жирности, кофейный напиток, сахар песок, вода питьевая)	180	2,46	2,03	9,68	67,36	0,44
Итого			275	9,98	8,36	25,88	219,34	0,50
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (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	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ (картофель, куры потрош. 1 категории, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150/10/7	4,02	5,37	9,71	105,74	3,19
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	100	2,12	3,85	13,24	96,43	6,29
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ ГОВЯДИНЫ (говяжья печень, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, морковь)	60	12,70	5,21	4,07	127,58	8,94
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОПЛОДНОЙ РЯБИНЫ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (черноплодная рябина, сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, аскорбиновая кислота)	150	0,00	0,00	5,23	20,92	18,00
Итого			517	21,49	14,78	49,21	432,25	36,42
Полдник								
к/к	к/к	УЛИТКА С ТВОРОГОМ (мука пшеничная высш.сорт, творог 5,0% жирности, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), дрожжи, соль йодированная)	50	8,47	6,32	30,29	212,72	0,14
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
Итого			230	13,53	10,69	38,67	307,00	1,08
Ужин								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ (картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок)	130	1,72	4,99	11,13	96,93	8,63
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый, вода питьевая)	150	0,10	0,00	5,44	22,15	0,02
Итого			320	4,87	5,24	36,64	213,81	8,65
Всего				50,37	39,17	160,50	1 215,40	48,65