



## МЕНЮ

25 августа 2025 г.

### Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	50	5,2	4,7	0,3	65	0
2012	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,5	3,9	28,7	168	0
2014	270	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,6	4,7	15,6	122	0,4
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,4	3		38	0,3
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,2	1,2	23,4	116	0
Итого			420	19,9	17,5	68	509	0,7
<b>II Завтрак</b>								
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	9,8	41	1,3
Итого			200	0,1	0,1	9,8	41	1,3
<b>Обед</b>								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,9	4,6	17,9	134	8,9
2010	64	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ	100/50	13,4	14	17	248	1,4
2008	137	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	70	1,5	2,5	7,7	64	5
2008	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
Итого			670	23,1	21,6	76,3	590	15,3
<b>Уплотненный полдник</b>								
2017	106	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	200	5,4	10,7	21,2	204	13,5
2012	96	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		10	40	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,2	1,2	23,4	116	0
Итого			440	8,7	11,9	54,6	360	13,5
Всего				51,8	51,1	208,7	1500	30,8

