

# МЕНЮ

10 января 2025

## Сад 10 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	4,3	5,5	9,3	83	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,1	8,1	27,9	225	0,5
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6			8,4	34	0
<b>Итого</b>			<b>431</b>	<b>9,4</b>	<b>13,6</b>	<b>45,6</b>	<b>342</b>	<b>0,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	1	0,2	17,8	78	4,3
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>17,8</b>	<b>78</b>	<b>4,3</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,8	2,9	4	46	1,9
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,4	7,3	10,5	128	5,3
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	13,5	4,7	2,6	106	0,1
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4	3,4	19,4	122	0
	047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,1	0,1	21,7	88	0,7
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	66	0
<b>Итого</b>			<b>705</b>	<b>25,7</b>	<b>19,3</b>	<b>77,5</b>	<b>587</b>	<b>8</b>
<b>Полдник</b>								
2008	435	КЕФИР	200	3,3	0,3	8	62	0,6
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	5	2,9	37,2	230	0
<b>Итого</b>			<b>270</b>	<b>8,3</b>	<b>3,2</b>	<b>45,2</b>	<b>292</b>	<b>0,6</b>
<b>Всего</b>				<b>44,4</b>	<b>36,3</b>	<b>186,1</b>	<b>1299</b>	<b>13,4</b>