



МЕНЮ
Сад 3-7 (12ч)
на четверг
26 июня 2025 г.

26 июня 2025 г.							
Сбор- ник рецеп- тов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
ЗАВТРАК							
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	170	4,2	6	28,1	175
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,2	2,9	14,2	95
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,2	4,5	12,2	95
II ЗАВТРАК							
к/к	5Г-01	ГРУША СВЕЖАЯ	200	0,7	0,5	18,5	84,6
ОБЕД							
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,3	8	1,3	79,3
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ И ГОВЯДИНОЙ	200	3,4	6,1	10	101,1
2008	251	ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ)	80	11,1	5,2	6,4	122,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,8	5,8	21	143,9
к/к	5С-01	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,9	0,2	18,2	77,4
к/к	5Б-20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ, ВИТАМИНАМИ	20	1,2	0,8	10,6	56
к/к	5Х-20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	1,2	0,3	10,5	67,2
ПОЛДНИК							
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	90	17	10	2	170
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,1	3,9	32,3	180
к/к	5Х-20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	0,8	0,2	7	44,8
к/к	5И-01	ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3	3,1	19	92
Всего							
				58,2	57,5	221,2	1623,8