

МЕНЮ

23 ноября 2025 г.

7-11 лет



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		
Завтрак								
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,08	12,38	0,12	112,20	0,00
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	54	6,16	13,42	0,22	146,30	0,00
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	170	4,38	4,63	26,58	165,48	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04
2008		БАТОН	50	3,85	1,50	25,05	129,50	0,00
2008		АПЕЛЬСИН	165	1,49	0,33	13,37	70,95	99,00
Итого			665	16,15	32,26	80,27	684,89	99,04
II Завтрак								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,85	2,35	18,28	101,75	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Итого			225	2,85	2,55	38,08	187,75	4,00
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	80	0,64	0,08	1,36	10,40	4,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	220/22	8,30	9,01	23,64	209,99	13,00
2008	278	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ	115	6,25	20,73	16,00	276,12	1,77
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	165	5,19	4,33	21,96	150,55	42,14
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,16	0,03	18,08	73,42	0,16
2008		БАТОН	30	2,31	0,90	15,03	77,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			888	22,85	35,08	96,07	798,18	61,07
Полдник								
2011	401	ОЛАДЫ	110	13,14	14,22	50,83	384,82	0,36
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,00	0,00	14,52	58,05	0,00
2008		ЯБЛОКО	110	0,44	0,44	10,78	51,70	11,00
Итого			431	13,58	14,66	76,13	494,57	11,36
Ужин								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	68	2,06	0,14	4,31	26,49	2,73
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	105	26,54	8,83	11,34	231,21	1,00
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	160	6,01	4,86	36,53	213,94	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04
2008		БАТОН	30	2,31	0,90	15,03	77,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			630	37,11	14,73	82,14	609,80	3,77
Ужин 2								
2011	386	КЕФИР	214	12,07	10,41	16,65	220,55	0,00
Итого			214	12,07	10,41	16,65	220,55	0,00
Всего				104,61	109,69	389,34	2 995,74	179,24

Диетсестра

Себелева В.Е.

Повар

Винокурова О.А.