

МЕНЮ
29 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	190	КАША "ДРУЖБА"	165/4	5,78	7,96	30,65	218,11	0,57
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			610	11,39	22,17	84,12	591,22	99,61
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								
2011	55	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ	135	1,84	5,16	7,16	83,56	6,31
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	220/22	5,92	6,78	24,18	182,56	13,34
2008		БИТОЧКИ ИЗ КУР	110	30,11	13,55	22,06	330,99	1,02
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	160	6,01	4,86	36,53	213,94	0,00
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,17	0,04	18,18	73,86	0,20
2008		БАТОН	50	3,85	1,50	25,05	129,50	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			953	47,90	31,89	133,16	1 014,41	20,87
Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	125	14,31	19,56	35,05	374,93	0,10
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	165	4,65	5,12	7,53	96,03	0,86
2008		ЯБЛОКО	110	0,44	0,44	10,78	51,70	11,00
Итого			400	19,40	25,12	53,36	522,66	11,96
Ужин								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	90	1,37	5,09	7,74	84,24	21,75
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	20,35	12,82	7,56	227,10	0,90
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	165	6,50	13,00	23,84	238,36	11,67
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04
2008		БАТОН	35	2,70	1,05	17,54	90,65	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			667	31,11	31,96	71,61	700,81	34,36
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				124,72	124,10	396,98	3 237,40	170,80

Диетсестра

Себелева В.Е.

Повар

Винокурова О.А.