

МЕНЮ

13 октября 2025 г.

Сад

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2016	101	СУП МОЛОЧНЫЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ (молоко пастер 3,2% жирности, вода питьевая, крупа гречневая ядрица, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	200	5,97	5,50	17,10	142,40	0,90
2016	414	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер 3,2% жирности, вода питьевая)	180	2,73	2,92	12,11	86,30	0,49
2016		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	25	2,00	0,25	12,50	65,00	0,00
Итого			405	10,70	8,67	41,71	293,70	1,39
II Завтрак								
2008	441	НАПИТОК ИЗ СОКА (сок яблочный, вода питьевая, сахар песок)	100	0,26	0,05	7,98	33,27	0,42
Итого			100	0,26	0,05	7,98	33,27	0,42
Обед								
2016	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЛУКОМ (ЧЕСНОКОМ) (свекла, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	50	0,77	3,37	4,48	51,18	2,11
2016	73	ЩИ НА К/Б С СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ С КАРТОФЕЛЕМ (капуста белокочанная, сметана 15% жирности, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)	200	1,56	2,75	6,89	59,39	9,88
2016	321	ПЛОВ С МЯСОМ (бройлеры цыплята потрош. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, крупа рисовая, соль йодированная)	200	10,50	10,38	34,81	275,17	1,67
2016	397	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая)	180	0,20	0,01	31,70	127,90	0,13
2016		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	1,98	0,36	10,20	51,20	0,00
Итого			660	15,01	16,87	88,08	564,84	13,79
Полдник								
2016	420	КЕФИР (кефир 2,5 % жирности)	113	3,14	3,58	4,52	63,41	0,75
2008		СУШКИ ПРОСТЫЕ (сушки простые)	22	2,07	1,32	14,74	78,98	0,00
Итого			135	5,21	4,90	19,26	142,39	0,75
Ужин								
2016	203	ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ (творог 0% жирности, вода питьевая, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, сухари панировочные, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	13,92	8,93	13,99	194,91	0,15
2016	369	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, мука пшеничная 1 сорт)	30	1,17	1,20	8,75	50,62	0,06
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ (чай-заварка, вода питьевая, сахар песок)	180	0,00	0,00	7,41	29,61	0,00
Итого			360	15,09	10,13	30,15	275,14	0,21
Всего				46,27	40,62	187,18	1 309,34	16,56

Медсестра

Никодимова Татьяна Фёдоровна

Повар