



МЕНЮ

29 апреля 2025 г.

Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Сезон: весна-лето							
Стоимость: 210 рублей							
I Завтрак							
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,9	8,0	26,7	202,6	189	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,0	4,1	0,0	37,4		2012
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		2008
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,6	3,0	15,0	101,9	397	2012
Итого за прием пищи:	207	14,0	18,9	57,1	455,8		
II Завтрак							
ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47,0		2008
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	9,8	47,0		
Обед							
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0,6	0,0	5,6	26,0	41	2012
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,6	5,9	6,4	94,5	67	2012
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	9,7	12,8	33,3	288,0	304	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,1	9,7	46,0		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,2	0,3	13,9	66,7		2008
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,3	0,1	19,4	81,1	375	2012
Итого за прием пищи:	680	17,9	19,2	88,3	602,3		
Полдник							
ПЕЧЕНЬЕ С ПОВИДЛОМ	50	5,1	6,5	60,3	321,2		2008
РЯЖЕНКА	200	6,0	2,0	8,4	79,8	435	2008
Итого за прием пищи:	250	11,1	8,5	68,7	401,0		
Ужин							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	20,5	14,3	19,7	294,6	237	2012
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	10	0,9	2,4	6,7	52,8	351	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	66,9		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,2	9,2	44,5		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	12,8	51,3	430	2008
Итого за прием пищи:	360	25,2	17,2	63,0	512,1		
Всего за день:		68,6	64,2	286,9	2 018,2		