



МЕНЮ

06 мая 2025 г.

Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Сезон: весна-лето							
Стоимость: 210 рублей							
Завтрак							
КАША ОВЯЖНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	6,6	9,7	24,4	210,3	189	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,0	4,1	0,0	37,4		2012
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,2	2,9	0,0	55,3		2012
БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		2008
КОФЕЙНЫЙ НАЛИТОК С МОЛОКОМ	200	2,8	2,2	15,5	93,3	395	2012
Итого за прием пищи:	437	13,1	19,5	50,2	428,7		
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	10,0	43,2	442	2008
Итого за прием пищи:	100	0,5	0,1	10,0	43,2		
Сбед							
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
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,5	18,5	125,9	321	2012
КОТЛЕТЬ РЫБНЫЕ	70	11,1	10,6	10,5	182,0	239	2008
КОМПОТ ИЗ ЯГОД	200	0,3	0,1	19,4	81,1	375	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,3	13,9	66,7		2008
Итого за прием пищи:	700	22,0	21,5	84,0	622,2		
Полдник							
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5		2008
РЯЖЕНКА	200	6,0	2,0	6,4	79,8	435	2008
Итого за прием пищи:	250	9,8	6,9	43,6	288,3		
Ужин							
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	130	3,9	4,4	17,7	125,2	414	2012
ФРИКАСЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	8,0	12,3	4,6	155,4	259	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,2	9,2	44,5		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	13,2	64,6	430	2008
Итого за прием пищи:	460	15,7	17,2	62,2	462,6		
Всего за день:		61,0	65,2	251,9	1 845,0		