

**МЕНЮ**  
14 января 2025 г.

**Сад 12 часов**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,3		39
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,8	9,5	27	223
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,7	2,9	4,4	55
2008	117	БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	36	2,7	1	18,3	93
<b>Итого</b>			<b>421</b>	<b>12,2</b>	<b>17,7</b>	<b>49,7</b>	<b>410</b>
<b>II Завтрак</b>							
2012	401	КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ (СНЕЖОК)	144	4	3,6	6,5	81
<b>Итого</b>			<b>144</b>	<b>4</b>	<b>3,6</b>	<b>6,5</b>	<b>81</b>
<b>Обед</b>							
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,9	5	5,1	69
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ	200/20/6	4,9	5,9	26,9	186
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	70	11,6	3,5	14,5	138
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ №368	50	1,4	6	5,2	81
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3	4,6	31,4	180
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	0,2		22,4	91
2008	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,1	0,3	12,9	70
2008	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,1	0,3	13,3	64
<b>Итого</b>			<b>774</b>	<b>26,2</b>	<b>25,6</b>	<b>131,7</b>	<b>879</b>
<b>Полдник</b>							
2008	224	КОРОЛЕВСКИЙ ПИРОГ ИЗ ТВОРОГА	130	26,2	18,6	35,6	424
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			11,6	47
<b>Итого</b>			<b>310</b>	<b>26,2</b>	<b>18,6</b>	<b>47,2</b>	<b>471</b>
<b>Всего</b>				<b>68,6</b>	<b>65,5</b>	<b>235,1</b>	<b>1841</b>

**МЕНЮ**  
15 января 2025 г.

**Сад 12 часов**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		3,9		36
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	5,6	6,6	24,6	181
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,6	2,6	16,8	102
2008	117	БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	32	2,4	0,9	16,6	85
<b>Итого</b>			<b>417</b>	<b>10,6</b>	<b>14</b>	<b>58</b>	<b>404</b>
<b>II Завтрак</b>							
2011	368	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ (БАНАН)	72	1,1	0,4	15,1	69
<b>Итого</b>			<b>72</b>	<b>1,1</b>	<b>0,4</b>	<b>15,1</b>	<b>69</b>
<b>Обед</b>							
2011	1/1	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	40	1,3	0,1	2,6	16
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ СО СМЕТАНОЙ	200/15/6	7,5	7,4	19	175
2011	32/8	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ КУРЫ И РИСОМ	150	17	14,4	11,6	246
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,3	2,4	2,9	36
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,4	0,2	19,1	88
2008	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,3	14,4	78
2008	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,9	0,3	12,1	58
<b>Итого</b>			<b>700</b>	<b>30,7</b>	<b>25,1</b>	<b>81,7</b>	<b>697</b>
<b>Полдник</b>							
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,8	3,5	7,3	65
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	80	8,1	6,4	52,4	299
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			11,6	47
<b>Итого</b>			<b>320</b>	<b>8,9</b>	<b>9,9</b>	<b>71,3</b>	<b>411</b>
<b>Всего</b>				<b>51,3</b>	<b>49,4</b>	<b>226,1</b>	<b>1581</b>