

# МЕНЮ

6 ноября 2025 г.

Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда                                                           | Выход   | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|------------------|------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                  |                                                                              |         | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                  |                                                                              |         |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 13               | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                                                             | 5       |                   | 4,4     |                  | 40                                       |
| 2008                          | 189              | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ                                | 180     | 5,3               | 6,2     | 24,2             | 174                                      |
| 2012                          | 395              | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                                                   | 180     | 2,8               | 2,8     | 17,2             | 106                                      |
| 2008                          | 117              | БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ                                                           | 37      | 2,8               | 1,1     | 18,9             | 97                                       |
| Итого                         |                  |                                                                              | 402     | 10,9              | 14,5    | 60,3             | 417                                      |
| II Завтрак                    |                  |                                                                              |         |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 368              | ПЛОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)                                                        | 59      | 0,2               | 0,2     | 5,7              | 28                                       |
| Итого                         |                  |                                                                              | 59      | 0,2               | 0,2     | 5,7              | 28                                       |
| Обед                          |                  |                                                                              |         |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 4/1              | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С<br>КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ<br>МАСЛОМ | 60      | 1,5               | 5,4     | 6,6              | 81                                       |
| 2012                          | 85               | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ СО<br>СМЕТАНОЙ                                   | 200/207 | 5,1               | 6       | 29               | 196                                      |
| 2012                          | 311              | СУФЛЕ КУРИННОЕ С РИСОМ                                                       | 120     | 21,2              | 25      | 10,7             | 354                                      |
| 2008                          | 368              | СОУС МОЛОЧНЫЙ №368                                                           | 50      | 1,3               | 5,9     | 5,4              | 80                                       |
| 2008                          | 402              | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                                                  | 180     |                   |         | 13,1             | 52                                       |
| 2008                          | 114              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                               | 32      | 2,5               | 0,4     | 15,2             | 82                                       |
| 2008                          | 115              | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                                  | 33      | 2,2               | 0,3     | 13,8             | 67                                       |
| Итого                         |                  |                                                                              | 702     | 33,8              | 43      | 93,8             | 912                                      |
| Полдник                       |                  |                                                                              |         |                   |         |                  |                                          |
| 2012                          | 237              | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                                                         | 120     | 22,2              | 15      | 19,5             | 312                                      |
| 2013                          | 34               | МОЛОКО СГУЩЕННОЕ                                                             | 25      | 1,9               | 2,2     | 14,8             | 88                                       |
| 2008                          | 430              | ЧАЙ С САХАРОМ                                                                | 180     |                   |         | 11,6             | 47                                       |
| Итого                         |                  |                                                                              | 325     | 24,1              | 17,2    | 45,9             | 447                                      |
| Всего                         |                  |                                                                              |         | 69                | 74,9    | 205,7            | 1804                                     |