25.07.2025

(Сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
30/5	**Бутерброд с маслом сливочным** батон "рябинушка","масло сладко-сливочное 72,5%	Ккал-116, Бел-2, Жир-4, Угл-171
200	**Каша геркулесовая жидкая молочная** молоко питьевое пастериз. 2,5%, крупа геркулес, сахар-песок, масло сладко-сливочное 72,5%	Ккал-177, Бел-7, Жир-10, Угл-23
200	**Чай с молоком с сахаром** молоко питьевое пастериз. 2,5%, сахар-песок, чай черный	Ккал-84, Бел-3, Жир-3, Угл-13
	Итого за Завтрак	Ккал-377, Бел-12, Жир-17, Угл-207
	Завтрак 2	
100	**Яблоко свежее**	Ккал-47, Угл-10
	Итого за Завтрак 2	Ккал-47, Угл-10
	Обед	
190	**птица, тушеная в соусе с овощами** картофель., тушка цыпленка 1 категории , морковь св., лук репчатый., горошек зеленый консервированный	Ккал-290, Бел-19, Жир-14, Угл-21
200	**Суп с клецками** яйцо куриное пищевое, картофель., молоко питьевое пастериз. 2,5%, мука пшеничная в/с , лук репчатый., морковь св., соль йодированная , масло сладко-сливочное 72,5%, зелень(укроп, петрушка)	Ккал-276, Бел-18, Жир-19, Угл-20
40	**Соус сметанный** сметана 15 %, мука пшеничная в/с	Ккал-26, Бел-1, Жир-2, Угл-3
25	**Хлеб из муки пшеничной**	Ккал-61, Бел-2, Угл-12
45	**Хлеб ржано-пшеничный**	Ккал-101, Бел-4, Жир-1, Угл-21
200	**Кисель из сухофруктов** сахар-песок, сухофрукты, крахмал картофельный	Ккал-128, Бел-4, Жир-9, Угл-26
	Итого за Обед	Ккал-882, Бел-48, Жир-45, Угл-103
	Полдник	
180	**Кефир**	Ккал-95, Бел-5, Жир-5, Угл-7
80	**Шницель рыбный натуральный** яйцо куриное пищевое, минтай с/м, лук репчатый., сухари панировочные, молоко питьевое пастериз. 2,5%, масло подсолнечное раф.	Ккал-131, Бел-14, Жир-5, Угл-8
120	**Пюре картофельное 120** картофель., молоко питьевое пастериз. 2,5%, масло сладко-сливочное 72,5%	Ккал-115, Бел-3, Жир-4, Угл-18
15	**Хлеб из муки пшеничной**	Ккал-36, Бел-1, Угл-7
	Итого за Полдник	Ккал-377, Бел-23, Жир-14, Угл-40
	Ужин	
100	**Молоко кипяченое**	Ккал-52, Бел-3, Жир-3, Угл-5
15	**Хлеб из муки пшеничной**	Ккал-36, Бел-1, Угл-7
	Итого за Ужин	Ккал-88, Бел-4, Жир-3, Угл-12
	Итого за день	Ккал-1 771, Бел-87, Жир-79, Угл-372

Заведующий _____ Кладовщик _____ Шеф-повар _____ Павлова Н.М.

стоимость 162,75 руб