МЕНЮ

30 октября 2026 г.

Сад (Карп-го, 21)

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2011	7/4	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа рис круглый 1 кг фас-ка , молоко , вода , сахар песок, соль, масло сливочное)	180	5,7	2,3	40	199	0,2
2011	14/10	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок нерастворимый "российский" , молоко , сахар песок, вода)	205	4,1	3,7	24,3	143	0
2011	1/13	БАТОН С МАСЛОМ (батон с каратином , масло сливочное)	35/5	2,6	4,6	18	119	0
Итого			**425**	**12,4**	**10,6**	**82,3**	**461**	**0,2**
II Завтрак								
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ НА ЦЕЛЫЙ ДЕНЬ (вода питьевая (5л), вода питьевая 1,5)	545					0
Итого			**545**					**0**
Обед								
2011	19/2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (картофель, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, вода , рыба минтай)	250	9,3	5,8	17,3	155	8,7
2011	5/9	БИТОЧКИ (КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА КУР (кура охлажденная, молоко , мука , масло растительное, хлеб «валетек 8»)	105	18,8	15,4	15,6	277	0
2011	8/3	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, мука , сахар песок, соль, вода , масло растительное)	150	3,3	3,1	12,5	89	31,3
2011	6/10	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (компот сухофрукты , сахар песок, вода , шиповник сухой)	200	0,3	0,1	21,7	88	5,2
2011	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб «валетек 8»)	34	1,9	0,2	9,4	50	0
2011	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб «дарницкий новый»)	23	1,5	0,3	7,6	39	0
Итого			**762**	**35,1**	**24,9**	**84,1**	**698**	**45,2**
Полдник								
		БУЛОЧКА ВЕНГЕРКА СО СМОРОДИНОЙ (булочка венгерка со смородиной)	83					0
2011	15/10	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (сахар песок, вода , лимон)	200	0,1		15	63	1,8
Итого			**283**	**0,1**		**15**	**63**	**1,8**
Всего				**47,6**	**35,5**	**181,4**	**1222**	**47,2**