

МЕНЮ

Сад 12 часов

24 декабря 2025 года

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		1,62	8,61	10,82	127,32
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	10,000	10,000	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,50	0,58	10,28	52,40
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170		12,96	16,15	10,63	240,06
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2 шт.	80,500	9,91	8,98	0,54	122,60
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	70,000	70,000	1,97	1,70	3,26	36,67
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	6,670	6,670	0,03	5,34	0,05	48,39
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	10,000	10,000	1,05	0,13	6,78	32,40
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193/7		0,20	0,01	8,22	34,91
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,656	0,656	0,13	0,00	0,27	1,58
ЛИМОН	11,667	7,000	0,06	0,01	0,20	2,31
САХАР ПЕСОК	7,720	7,720	0,00	0,00	7,47	29,88
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	195,577	195,577	0,00	0,00	0,00	0,00
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30		0,24	0,03	0,51	3,90
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	30,000	30,000	0,24	0,03	0,51	3,90
			15,02	24,80	30,18	406,19
II Завтрак						
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	200		5,60	5,00	9,02	113,02
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВ,	200,000	200,000	5,60	5,00	9,02	113,02
			5,60	5,00	9,02	113,02
Обед						
САЛАТ "ЛЕТНИЙ" (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ, ПОМИДОРЫ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, УКРОП, ПЕТРУШКА)	50		0,54	2,55	1,86	33,10
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	20,210	20,000	0,16	0,02	0,50	2,80
ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ СВЕЖИЙ	20,500	15,429	0,20	0,00	0,76	4,01
ТОМАТЫ СВЕЖИЕ	14,870	14,714	0,16	0,03	0,56	3,53
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	2,500	2,500	0,00	2,50	0,00	22,48
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	0,180	0,143	0,00	0,00	0,00	0,03
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,300	0,286	0,01	0,00	0,02	0,14
УКРОП	0,390	0,286	0,01	0,00	0,02	0,11
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/15/5		4,90	7,50	5,47	111,63
КАРТОФЕЛЬ с 01 сентября	26,140	18,300	0,36	0,07	2,89	13,67
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	31,880	25,500	0,45	0,03	1,16	6,93
МОРКОВЬ	9,500	7,600	0,10	0,01	0,50	2,58

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,950	5,000	0,07	0,01	0,40	1,99
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,500	1,500	0,07	0,00	0,28	1,48
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	5,000	5,000	0,00	4,85	0,00	43,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,100	122,100	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,000	2,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,000	5,000	0,13	0,73	0,17	9,99
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,950	0,900	0,03	0,00	0,07	0,43
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	26,760	19,000	3,69	1,80	0,00	30,96
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	70/25		11,97	6,86	9,34	149,98
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	75,590	53,667	10,41	5,10	0,00	87,46
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10,500	10,500	0,77	0,29	5,24	26,68
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,000	14,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,670	3,920	0,05	0,01	0,31	1,56
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,800	6,800	0,17	0,99	0,23	13,59
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,500	4,500	0,48	0,06	3,06	14,58
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,900	16,900	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,000	5,000	0,07	0,01	0,40	1,99
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,500	0,500	0,00	0,40	0,00	3,63
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,500	0,500	0,02	0,00	0,10	0,49
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,000	1,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130		7,35	4,98	33,26	206,99
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	54,545	54,000	6,60	1,73	29,91	161,33
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90,001	90,001	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,000	2,000	0,01	1,60	0,02	14,51
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180		0,00	0,00	7,74	30,96
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	13,000	13,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8,000	8,000	0,00	0,00	7,74	30,96
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,180	0,180	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,65	0,23	10,60	50,99
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,87	0,73	12,85	65,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,88	0,73	12,85	65,50
			28,28	22,85	81,12	649,15
Полдник						
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70		11,89	6,86	2,45	119,10
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	83,210	59,080	11,47	5,62	0,00	96,27
МОРКОВЬ	14,590	11,669	0,15	0,01	0,79	3,96
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,940	5,831	0,08	0,01	0,47	2,32
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,500	1,500	0,01	1,20	0,01	10,88
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,750	1,750	0,18	0,02	1,18	5,67
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,119	0,119	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ (КАБАЧКИ) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	135		1,02	1,70	7,77	51,39
КАБАЧКИ	232,000	174,000	1,01	0,50	7,76	40,51
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,000	1,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,500	1,500	0,01	1,20	0,01	10,88
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180		0,43	0,17	13,83	66,77
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ШИПОВНИК СУХОЙ	13,000	13,000	0,43	0,17	6,09	35,81
САХАР ПЕСОК	8,000	8,000	0,00	0,00	7,74	30,96
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,65	0,23	10,60	50,99
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,66	0,22	10,60	50,99

БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	60		5,85	1,90	37,13	188,88
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	46,300	46,300	4,85	0,58	31,39	150,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,000	3,000	0,31	0,04	2,04	9,72
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,770	0,770	0,01	0,00	0,64	2,57
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	24,000	24,000	0,68	0,58	1,12	12,57
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,600	0,600	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	0,720	0,720	0,00	0,70	0,00	6,28
САХАР ПЕСОК	2,000	2,000	0,00	0,00	1,94	7,74
			20,84	10,86	71,78	477,13
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			69,74	63,51	192,10	1 645,49