



МЕНЮ

12 мая 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,47	2,21	16,59	71,40	1,89
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	5,83	7,09	27,11	196,10	0,50
2008	189	КАША ПШЕННАЯ БЕЗ МОЛОКА (аллергики)	205	5,94	6,20	29,83	199,06	0,40
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			415	10,10	11,70	56,40	351,50	2,89
II Завтрак								
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	99	0,40	0,40	9,70	46,53	9,90
Итого			100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	46	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	3,60	4,50	20,00	147,00	3,10
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	1,76	0,20	8,23	42,27	8,54
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ (аллергики)	130	1,38	2,60	8,65	64,13	8,10
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	75	8,25	15,62	7,66	156,46	0,19
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергики)	75	8,83	0,34	0,51	40,26	0,45
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,12	0,11	13,23	54,90	1,07
Итого			692	17,71	21,38	73,92	524,63	14,90
Полдник								
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,87	2,48	19,40	98,31	9,11
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ БЕЗ МОЛОКА (аллергики)	145	2,40	5,29	18,43	131,32	8,92
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70	12,25	12,35	10,00	101,92	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,11	3,05	28,70	158,39	0,00
Итого			465	26,47	20,11	72,21	563,52	12,11
Всего				57,08	55,69	207,03	1 496,15	30,20