

МЕНЮ

7 апреля 2025 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1 / 1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,11	3,94	6,72	59,52	0,00
2008	189 / 30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,06	8,13	34,30	257,15	0,49
2008	181 / 30 (А)	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	200	4,15	3,19	24,50	143,13	0,00
2012	ТК№038 / 4	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2008	685 / 6 (А)	ЧАЙ С САХАРОМ (АЛЕРГИКИ)	175	0,10	0,00	11,43	46,09	0,02
Итого			423	10,29	12,07	49,54	352,67	1,59
II Завтрак								
2012	ТК №010 / 23	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,60	0,60	14,89	66,68	6,03
Итого			150	0,60	0,60	14,89	66,68	6,03
Обед								
2012	ТК№017 / 27	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	39	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85/120 / 37	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	5,00	7,70	11,00	179,00	3,20
2012	85/120 / 37 (А)	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	200/10/1	1,71	1,60	10,88	64,77	4,60
2012	268 / 46	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	75	5,55	5,82	3,00	113,75	0,36
2008	272 / 65 (А)	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергики)	35	5,61	6,32	5,34	101,02	0,00
2012	322 / 54	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	140	2,82	4,51	18,33	126,24	8,46
2008	333 / 75 (А)	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	140	2,77	3,27	22,58	131,06	11,42
2012	ТК№039 / 17	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
2022	ТК №003 / 19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2022	ТК №004 / 20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			698	17,07	18,95	77,71	625,73	13,92
Полдник								
2012	304 / 62	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	185	19,83	21,35	32,95	403,26	1,37
2012	323 / 31 (А)	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	200	4,69	4,55	49,53	257,76	0,00
2012	ТК№022 / 8	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
2004	685	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	175	0,10	0,00	11,43	46,09	0,02
2008	479 / 61	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	4,60	2,62	15,44	104,23	0,05
2022	ТК №003 / 19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			439	31,67	26,20	62,50	712,39	4,42
Всего				59,63	57,82	204,64	1 757,47	25,96

повар


 Прудникова О.П.