

МЕНЮ
11 апреля 2025 г.**Сад 12 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3/2	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	4,47	4,07	12,49	105,23	0,08
2008	190/33	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6,20	10,00	26,80	209,00	0,80
2008	323/33 (А)	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	7,12	5,56	43,57	252,71	0,00
2012	ТК№-5	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
2004	685 /6 (А)	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	175	0,08	0,00	11,59	46,63	0,02
Итого			420	13,87	16,87	52,89	391,23	1,38
II Завтрак								
2022	ТК № 21	ГРУША СВЕЖАЯ	92	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			92	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	33/29	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	45	0,71	2,58	1,34	40,58	1,69
2012	84/40	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	5,59	4,92	11,91	114,90	6,15
2008	92 /40 (А)	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	200	2,09	2,27	15,48	91,41	7,95
2012	291/48	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	185	19,15	20,21	22,27	347,49	11,23
2008	333/75 (А)	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	135	2,66	4,41	21,69	137,35	10,98
2012	354/70	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,99	1,98	2,97	36,93	0,00
2012	ТК№044 /10	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	7,00	102,00	0,30
2022	ТК №19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2022	ТК №20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			732	30,38	30,64	68,99	758,90	19,37
Полдник								
2022	ТК№001	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	47	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	145	5,14	8,15	28,03	234,74	0,10
2008	331 (А)	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	150	5,57	4,54	35,70	206,03	0,00
2012	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2008	685 (А)	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	175	0,08	0,00	11,59	46,63	0,02
2012	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	65	7,21	4,57	31,31	195,58	0,03
Итого			450	13,07	12,82	69,76	478,32	6,23
Всего				57,92	60,83	207,14	1 698,95	29,98

повар

Прудникова О.П.