

**МЕНЮ**  
30 января 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,34	4,22	7,21	63,86	0,00
2008	189/32	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
2008	323/76 (А)	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	200	12,22	9,40	55,39	354,57	0,00
2008	ТК№433 /14	КАКАО С МОЛОКОМ	175	3,72	3,14	15,29	104,86	0,59
2004	685/6 (А)	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	185	0,19	0,00	11,84	48,08	0,04
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>13,06</b>	<b>15,36</b>	<b>49,50</b>	<b>371,72</b>	<b>1,09</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442/22	СОК ЯБЛОЧНЫЙ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	179	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
2004	685/6 (А)	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	185	0,19	0,00	11,84	48,08	0,04
<b>Итого</b>			<b>179</b>	<b>0,96</b>	<b>0,24</b>	<b>17,80</b>	<b>78,00</b>	<b>1,44</b>
<b>Обед</b>								
2008	43/46	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	55	0,85	8,06	6,36	101,76	4,13
2012	269/78	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	10,30	5,41	20,50	168,30	0,41
2008	272 /65 (А)	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергики)	35	5,86	6,60	5,58	105,56	0,00
2012	57/44	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,43	6,36	8,96	113,68	5,86
2012	57/44 (А)	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (аллергики)	200/10/5	1,34	3,09	8,80	69,00	5,85
2008	129/55	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	155	2,55	2,04	10,00	68,34	6,02
2008	333/75 (А)	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	160	3,09	5,28	25,23	161,06	12,77
2012	392/6	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2022	ТК №19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2022	ТК №20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>748</b>	<b>21,71</b>	<b>22,82</b>	<b>77,72</b>	<b>603,08</b>	<b>16,42</b>
<b>Полдник</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	23,01	11,83	20,93	283,30	0,20
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	194	5,82	3,88	9,51	95,93	1,07
2004	685 (А)	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	185	0,19	0,00	11,84	48,08	0,04
2022	006	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	101	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2022	002	ГРУША (аллергики)	90	0,36	0,27	9,27	42,30	4,50
2022	ТК№008	ПЕЧЕНЬЕ	35	2,28	3,00	26,00	111,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>460</b>	<b>31,91</b>	<b>18,91</b>	<b>63,94</b>	<b>528,23</b>	<b>16,47</b>
<b>Всего</b>				<b>67,64</b>	<b>57,33</b>	<b>208,96</b>	<b>1 581,03</b>	<b>35,42</b>

повар

Прудникова О.П.