

МЕНЮ

4 февраля 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	3/2	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,05	3,86	9,91	91,28	0,08
2008	189/32	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
2008	323/76 (76)	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	150	6,11	7,41	27,69	201,70	0,00
2012	ТК№040 /5	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
2008	685/6 (А)	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	200	0,13	0,00	13,18	53,20	0,03
Итого			415	13,25	14,66	50,51	371,28	1,08
II Завтрак								
2008	442/22	СОК ЯБЛОЧНЫЙ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	176	0,88	0,18	17,82	81,18	3,53
2004	685/6	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	200	0,13	0,00	13,18	53,20	0,03
Итого			176	0,88	0,18	17,82	81,18	3,53
Обед								
2022	ТК№26	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	46	0,38	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	77/42	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	4,10	5,22	12,21	114,70	6,67
2012	77/42(А)	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии)	200/10/5	1,95	2,70	15,07	92,62	8,25
2012	34/50	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	18,28	8,00	7,34	176,26	13,16
2008	272/65 (А)	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергии)	55	8,32	9,37	7,92	149,82	0,00
2012	344/56	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	145	2,35	6,76	13,13	122,60	9,02
2008	333/75 (А)	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	150	2,93	6,39	23,91	165,25	12,10
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
2022	ТК №19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
2022	ТК №20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,88	0,75	12,88	65,90	0,00
Итого			721	34,57	23,00	63,09	701,56	33,85
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	18,05	9,18	16,42	225,42	0,20
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	150	6,11	7,41	27,69	201,70	0,00
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,94	2,41	6,94	53,25	0,13
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	203	6,06	4,04	9,90	99,89	1,11
2004	685 (А)	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	200	0,13	0,00	13,18	53,20	0,03
2022	006	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2022	002	ГРУША (аллергии)	90	0,26	0,18	7,22	33,09	3,52
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	55	4,18	6,75	27,36	125,40	0,00
Итого			508	30,03	22,58	68,12	541,96	16,64
Всего				78,73	60,42	199,54	1 695,98	55,10

повар

Прудникова О.П.