



МЕНЮ

30 апреля 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	1 / 1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,18	4,02	6,86	60,76	0,00
2012	10 / 74	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО С ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	40	1,17	2,11	2,34	31,59	1,72
2008	214 / 36	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,40	21,00	2,90	149,00	0,20
2008	323 / 76 (А)	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	150	7,33	4,05	33,23	198,45	0,00
2012	ТК№043 / 14	КАКАО С МОЛОКОМ	190	4,03	3,39	16,54	113,42	0,64
2008	685 / 6 (А)	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	215	0,09	0,00	14,32	57,63	0,02
Итого			410	23,78	30,52	28,64	354,77	2,56
II Завтрак								
2022	ТК № 24	ГРУША СВЕЖАЯ	105	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			105	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	40 / 79	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,44	0,05	4,06	42,54	1,55
2012	76 / 43	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,50	4,50	4,00	165,00	4,40
2008	91 / 43 (А)	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (аллергии)	200	2,00	3,71	14,08	98,36	5,80
2012	305 / 51	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	60	10,01	13,65	6,86	190,33	0,45
2008	272 / 65 (А)	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергии)	35	5,23	5,89	4,98	94,21	0,00
2012	324 / 57	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	145	2,35	5,49	15,29	119,36	6,47
2008	333 / 75 (А)	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	145	2,85	2,70	23,24	128,98	11,76
2008	ТК№401 / 11	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,40	0,00	7,00	102,00	0,00
2022	ТК № 19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2022	ТК №20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			694	22,28	24,64	60,71	736,23	12,87
Полдник								
2008	213 / 72	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00
2008	129 / 55	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,22	2,02	9,90	88,88	5,96
2008	333 / 75 (А)	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	145	2,85	2,70	23,24	128,98	11,76
2022	ТК №19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2012	392 / 7	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,17	0,06	15,29	59,77	0,27
2022	ТК№71	ПЕЧЕНЬЕ	35	3,80	5,00	43,20	223,00	0,00
Итого			441	12,79	11,78	79,29	483,55	6,23
Всего				59,45	67,44	184,14	1 645,05	24,66

повар

Прудникова О.П.