

МЕНЮ

7 мая 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	2/3	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,26	2,69	14,79	87,52	3,58
2008	10/74	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО С ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	40	1,22	2,19	2,43	32,81	1,78
2008	214/36	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	115	13,47	18,75	2,54	233,01	0,21
2008	323/31 (А)	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	150	4,72	5,34	49,96	266,68	0,00
2008	ТК№270 /5	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
2004	685/5 (А)	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	215	0,12	0,00	13,98	56,41	0,02
Итого			365	18,75	26,03	32,46	437,34	6,07
II Завтрак								
2022	ТК № 24	ГРУША СВЕЖАЯ	101	0,32	0,27	8,22	37,37	1,59
Итого			101	0,32	0,27	8,22	37,37	1,59
Обед								
2022	ТК№26	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	46	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	67/33	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/5/1	1,63	3,81	8,85	78,46	9,56
2008	84/33 (А)	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (аллергии)	200	2,06	3,12	11,32	82,57	12,15
2012	277/55	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60/70	7,92	9,83	12,96	171,22	0,87
2008	181/76	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,20	5,90	33,00	240,00	0,00
2008	430/19	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,12	0,00	8,20	33,60	0,20
2022	ТК №19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	12	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2022	ТК №20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			734	19,37	20,16	78,41	600,58	12,63
Полдник								
2012	298/59	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	185	13,21	11,28	15,42	218,91	18,92
2008	436/9	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,12	0,01	16,90	64,80	2,30
2022	ТК №20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
2022	ТК №19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2004	685	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	215	0,12	0,00	13,98	56,41	0,02
Итого			400	16,13	11,99	50,62	374,01	21,22
Всего				54,57	58,45	169,71	1 449,30	41,51

повар

Прудникова О.П.