

МЕНЮ

14 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	1 / 1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,18	4,02	6,86	60,76	0,00
2012	10 / 74	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО С ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	45	1,37	2,46	2,73	36,86	2,00
2008	214 / 36	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	135	14,01	19,11	2,64	135,59	0,18
2008	323 / 76 (А)	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	150	9,78	6,05	44,31	270,40	0,00
2012	ТК№043 / 14	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,76	3,17	15,44	105,93	0,59
2008	685 / 6 (А)	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	165	0,07	0,00	10,99	44,22	0,02
Итого			390	22,32	28,76	27,67	339,14	2,77
II Завтрак								
2022	ТК № 24	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	40 / 79	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,44	0,05	4,02	42,13	1,53
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	2,03	3,54	14,49	98,64	6,10
2012	305 / 51	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	65	11,08	14,93	10,62	221,16	0,45
2008	272 / 65 (А)	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергии)	40	6,30	7,10	6,00	113,50	0,00
2012	324 / 57	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	145	2,33	5,43	15,13	118,15	6,40
2008	333 / 75 (А)	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	150	2,96	4,08	24,12	145,37	12,21
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	24	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			703	23,33	25,86	64,27	765,44	12,78
Полдник								
2008	213 / 72	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	35	4,31	3,96	0,26	53,59	0,00
2008	129 / 55	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	145	2,16	1,96	9,60	86,24	5,78
2008	333 / 75 (А)	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	150	2,96	4,08	24,12	145,37	12,21
2022	ТК №19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2012	392 / 7	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,13	0,05	11,57	45,20	0,21
2022	ТК№71	ПЕЧЕНЬЕ	38	3,80	5,00	43,20	223,00	0,00
2022	ТК№21	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	95	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			532	14,90	13,67	79,73	515,53	6,29
Всего				61,15	68,79	187,17	1 690,61	24,84

повар

Прудникова О.П.