

**МЕНЮ**  
15 мая 2025 г.**Сад 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                       | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                          |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 1 / 1               | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                       | 30       | 3,66              | 4,63    | 7,90             | 69,96                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 189 / 35            | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"<br>ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ     | 205      | 6,70              | 9,70    | 24,40            | 211,00                                   | 0,50                  |
| 2008                          | 323 / 31<br>(А)     | КАША РИСОВАЯ<br>РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)                   | 150      | 4,01              | 5,99    | 42,35            | 239,41                                   | 0,00                  |
| 2012                          | ТК№028<br>/ 5       | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                               | 180      | 2,80              | 2,40    | 12,70            | 84,00                                    | 0,50                  |
| 2004                          | 685 / 6<br>(А)      | ЧАЙ С САХАРОМ<br>(АЛЛЕРГИКИ)                             | 175      | 0,16              | 0,00    | 11,37            | 46,05                                    | 0,03                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 415      | 13,16             | 16,73   | 45,00            | 364,96                                   | 1,00                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2022                          | ТК№25               | БАНАН СВЕЖИЙ                                             | 81       | 1,50              | 0,50    | 21,00            | 96,00                                    | 4,02                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 81       | 1,50              | 0,50    | 21,00            | 96,00                                    | 4,02                  |
| Обед                          |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2022                          | ТК№009<br>/ 27      | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ                                          | 37       | 0,38              | 0,00    | 0,90             | 6,50                                     | 1,00                  |
| 2012                          | 57 / 44             | БОРЩ С КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ | 200/10/5 | 3,68              | 6,30    | 8,37             | 107,66                                   | 5,58                  |
| 2008                          | 76 / 44<br>(А)      | БОРЩ С КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ (аллергии)               | 200      | 1,39              | 3,65    | 9,62             | 77,44                                    | 6,41                  |
| 2008                          | 228 / 52            | РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ                                     | 75       | 15,21             | 0,59    | 0,79             | 68,84                                    | 1,55                  |
| 2008                          | 272 / 65<br>(А)     | КОТЛЕТА МЯСНАЯ<br>(ГОВЯДИНА) (аллергии)                  | 30       | 5,44              | 6,13    | 5,18             | 98,06                                    | 0,00                  |
| 2012                          | 354 / 70            | СОУС СМЕТАННЫЙ                                           | 20       | 0,30              | 0,99    | 1,18             | 14,61                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 335 / 64            | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                        | 145      | 3,13              | 4,88    | 20,81            | 143,59                                   | 10,06                 |
| 2008                          | 333 / 75<br>(А)     | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ<br>(аллергии)                         | 150      | 2,88              | 5,99    | 23,46            | 159,67                                   | 11,87                 |
| 2012                          | ТК№038<br>/ 4       | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                            | 180/6/7  | 0,12              | 0,00    | 8,52             | 36,00                                    | 1,10                  |
| 2004                          | 685 / 6<br>(А)      | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)                                 | 175      | 0,16              | 0,00    | 11,37            | 46,05                                    | 0,03                  |
| 2022                          | ТК №19              | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                      | 26       | 1,70              | 0,20    | 10,60            | 51,00                                    | 0,00                  |
| 2022                          | ТК №20              | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                        | 23       | 1,50              | 0,60    | 10,30            | 52,40                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 734      | 26,02             | 13,56   | 61,47            | 480,60                                   | 19,29                 |
| Полдник                       |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 298 / 59            | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                                          | 175      | 12,16             | 10,68   | 13,76            | 203,24                                   | 19,14                 |
| 2012                          | ТК№047<br>/ 13      | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ                                    | 180      | 0,12              | 0,12    | 21,70            | 88,20                                    | 0,70                  |
| 2008                          | 451 / 73            | ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ<br>И ЯЙЦОМ                    | 75       | 3,56              | 9,16    | 36,94            | 204,54                                   | 5,70                  |
| 2022                          | ТК №19              | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                      | 16       | 1,00              | 0,12    | 6,40             | 31,00                                    | 0,00                  |
| 2022                          | ТК№005<br>/ 21      | ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.                                       | 91       | 2,80              | 2,50    | 4,50             | 56,50                                    | 0,30                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 537      | 19,64             | 22,58   | 83,30            | 583,48                                   | 25,84                 |
| Всего                         |                     |                                                          |          | 60,32             | 53,37   | 210,77           | 1 525,04                                 | 50,15                 |

повар

Прудникова О.П.