

# МЕНЮ

3 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	1 / 1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,21	4,06	6,93	61,38	0,00
2008	189 / 35	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,70	9,70	24,40	211,00	0,50
2008	323 / 31 (А)	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	150	4,48	3,74	47,37	241,10	0,00
2012	ТК№028 / 5	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
2004	685 / 6 (А)	ЧАЙ С САХАРОМ (АЛЛЕРГИКИ)	150	0,16	0,00	9,62	39,07	0,03
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>12,71</b>	<b>16,16</b>	<b>44,03</b>	<b>356,38</b>	<b>1,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
2022	ТК№25	БАНАН СВЕЖИЙ	97	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
<b>Итого</b>			<b>97</b>	<b>1,50</b>	<b>0,50</b>	<b>21,00</b>	<b>96,00</b>	<b>4,02</b>
<b>Обед</b>								
2022	ТК№009 / 27	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	42	0,38	0,00	0,90	6,50	1,00
2012	57 / 44	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,26	5,36	8,21	101,32	5,60
2008	76 / 44 (А)	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (аллергии)	200	1,44	3,34	9,67	74,91	6,33
2008	228 / 52	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	16,13	0,62	0,71	72,49	1,86
2008	272 / 65 (А)	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергии)	35	5,73	6,46	5,46	103,29	0,00
2012	354 / 70	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,31	1,03	1,24	15,24	0,00
2008	335 / 64	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,20	5,00	21,30	147,00	10,30
2008	333 / 75 (А)	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	145	2,88	3,67	23,46	138,75	11,87
2012	ТК№038 / 4	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2004	685 / 6 (А)	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150	0,16	0,00	9,62	39,07	0,03
2022	ТК №19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2022	ТК №20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>747</b>	<b>27,60</b>	<b>12,81</b>	<b>61,78</b>	<b>481,95</b>	<b>19,86</b>
<b>Полдник</b>								
2012	298 / 59	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	13,99	12,23	14,29	226,94	17,68
2012	ТК№047 / 13	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,70	88,20	0,70
2008	451 / 73	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	75	3,43	8,82	35,57	196,98	5,49
2022	ТК №19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2022	ТК№005 / 21	ЙОГУРТ В ИНД, УПАК.	97	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
<b>Итого</b>			<b>548</b>	<b>21,34</b>	<b>23,79</b>	<b>82,46</b>	<b>599,62</b>	<b>24,17</b>
<b>Всего</b>				<b>63,15</b>	<b>53,26</b>	<b>209,27</b>	<b>1 533,95</b>	<b>49,05</b>