

МЕНЮ
13 октября 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	1,34	2,02	15,17	65,28	1,73
2008	189/33	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	7,20	8,30	35,00	226,40	0,50
2008	323/33 (А)	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ (АЛЛЕРГИКИ)	150	6,38	6,92	39,06	244,13	0,00
2012	ТК№028 /5	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
2008	685/ 6 (А)	ЧАЙ С САХАРОМ (АЛЛЕРГИКИ)	170	0,19	0,00	10,74	43,69	0,04
Итого			415	11,34	12,72	62,87	375,68	2,73
II Завтрак								
2008	442/22	СОК ЯБЛОЧНЫЙ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	179	0,89	0,18	18,04	82,14	3,57
2008	685/6 (А)	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	170	0,19	0,00	10,74	43,69	0,04
Итого			179	0,89	0,18	18,04	82,14	3,57
Обед								
2022	ТК№26	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	49	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81/41	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	3,60	4,50	20,00	147,00	3,10
2012	263/49	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	8,76	16,58	8,14	166,14	0,21
2008	338/69	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	150	2,16	0,12	10,00	88,48	10,00
2008	333/75 (А)	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (АЛЕРГИКИ)	150	2,85	5,99	23,24	158,62	11,76
2012	ТК№042 /13	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	22,47	104,35	1,09
2022	ТК №19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2022	ТК №20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			719	18,62	22,27	85,41	629,97	16,40
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	65	11,25	11,34	9,18	93,60	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	145	2,81	2,43	19,01	96,32	8,92
2012	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	333 (А)	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	145	2,88	4,70	23,28	147,28	11,76
2008	685 (А)	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	170	0,19	0,00	10,74	43,69	0,04
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	55	4,29	8,02	28,02	116,39	0,00
2022	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	105	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
2022	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			565	22,85	24,49	71,31	413,81	9,22
Всего				53,70	59,66	237,63	1 501,60	31,92

Шеф повар

Прудникова О.П.