



МЕНЮ

24 сентября 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	1,33	2,80	16,02	93,54	4,05
2008	10/74	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО С ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	50	1,49	2,67	2,97	40,10	2,18
2008	214/36	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	14,37	20,50	2,99	254,12	0,25
2008	323/31 (А)	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	150	5,29	5,99	55,84	298,39	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)	195	0,07	0,00	13,05	52,41	0,01
Итого			390	19,99	28,37	34,68	471,76	6,98
II Завтрак								
2022	ТК № 24	ГРУША СВЕЖАЯ	89	0,32	0,27	8,22	37,37	1,59
Итого			89	0,32	0,27	8,22	37,37	1,59
Обед								
2022	ТК№26	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	44	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	1,53	4,30	8,13	79,90	8,58
2008	84/33 (А)	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (аллергии)	200	1,93	3,42	10,63	82,10	10,85
2012	277/55	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	65/70	8,46	10,51	13,86	183,02	0,93
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	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2022	ТК №20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			742	19,81	21,33	78,59	613,82	11,71
Полдник								
2022	ТК№21	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	89	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
2012	298/59	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	13,89	12,12	16,08	232,12	16,67
2008	436/9	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,12	0,01	16,90	64,80	2,30
2022	ТК №20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
2022	ТК №19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2004	685	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	195	0,07	0,00	13,05	52,41	0,01
Итого			492	19,61	15,33	55,78	443,72	19,27
Всего				59,73	65,30	177,27	1 566,67	39,55

повар

Прудникова О.П.