

МЕНЮ

29 июля 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	3/2	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,03	3,80	10,28	92,11	0,08
2012	189/31	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	4,71	6,74	27,75	191,14	0,53
2008	323 /31 (А)	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	200	4,70	7,16	49,74	282,27	0,00
2012	ТК№5	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
2004	685/5 (А)	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,10	0,00	11,82	47,64	0,02
Итого			415	11,94	13,34	51,63	360,25	1,11
II Завтрак								
2008	442/22	СОК ЯБЛОЧНЫЙ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	180	0,90	0,18	18,18	82,80	3,60
2004	685/5 (А)	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,10	0,00	11,82	47,64	0,02
Итого			180	0,90	0,18	18,18	82,80	3,60
Обед								
2022	ТК№28	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,50	0,13	1,90	12,00	5,00
2012	82/38	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	3,58	4,48	5,89	78,22	1,12
2008	38 (А)	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергии)	200	0,22	1,95	1,19	23,31	0,48
2012	294/47	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	19,34	21,04	22,04	355,71	18,74
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	150	3,53	5,35	37,33	211,57	0,00
2008	272/65 (А)	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергии)	40	6,30	7,10	6,00	113,50	0,00
2008	441/76	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
2022	ТК №19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2022	ТК №20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			676	26,52	26,61	68,53	622,33	96,86
Полдник								
2008	230/63	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	8,30	0,46	0,30	144,40	0,90
2008	27/65 (А)	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергии)	40	6,30	7,10	6,00	113,50	0,00
2008	335/64	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	0,58	4,01	0,97	42,40	0,10
2008	333/75 (А)	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	130	0,00	4,17	0,00	37,50	0,00
2008	ТК№396 /16	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	21,72	88,20	1,40
2008	477/62	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,30	0,90	25,90	130,00	0,10
2022	ТК №19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
Итого			445	14,30	5,61	55,29	436,00	2,50
Всего				53,66	45,74	193,63	1 501,38	104,07

повар

Прудникова О.П.