

МЕНЮ
29 мая 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	1 / 1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,43	4,35	7,42	65,72	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	4,54	15,19	47,95	346,57	0,00
2012	TKN№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)	175	0,19	0,00	11,06	44,98	0,04
Итого			415	12,93	16,45	44,52	360,72	1,00
II Завтрак								
2022	TKN№25	БАНАН СВЕЖИЙ	94	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
Итого			94	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
Обед								
2022	TKN№009 / 27	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	43	0,38	0,00	0,90	6,50	1,00
2012	57 / 44	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,42	12,68	8,88	170,43	6,63
2008	76 / 44 (А)	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (аллергии)	200	1,57	3,33	10,32	78,30	7,49
2008	228 / 52	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	75	15,36	0,58	0,61	68,87	1,46
2008	272 / 65 (А)	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергии)	45	6,51	7,34	6,20	117,36	0,00
2012	354 / 70	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,31	1,02	1,22	15,10	0,00
2008	335 / 64	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	4,95	21,09	145,53	10,20
2008	333 / 75 (А)	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	155	2,82	15,10	23,02	239,55	11,65
2012	TKN№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)	175	0,19	0,00	11,06	44,98	0,04
2022	TK №19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2022	TK №20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			742	26,96	20,03	62,12	545,83	20,39
Полдник								
2022	TKN№005 / 21	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	98	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
2012	298 / 59	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	14,95	12,70	15,71	241,03	22,68
2012	TKN№047 / 13	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,70	88,20	0,70
2022	TK №19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	TKN№018	ПЕЧЕНЬЕ	31	2,28	3,00	26,00	111,00	0,00
Итого			523	21,15	18,44	74,31	527,73	23,68
Всего				62,54	55,42	201,95	1 530,28	49,09

повар

Прудникова О.П.