

**МЕНЮ**  
2 октября 2025 г.**Сад**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,18	4,02	6,86	60,77	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергики)	30	2,25	0,90	15,45	78,60	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,70	9,70	24,40	211,00	0,50
2008	К/К	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (аллергики)	200	2,02	0,29	25,19	111,41	0,00
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>12,68</b>	<b>16,12</b>	<b>43,96</b>	<b>355,77</b>	<b>1,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ	86	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
<b>Итого</b>			<b>86</b>	<b>1,50</b>	<b>0,50</b>	<b>21,00</b>	<b>96,00</b>	<b>4,02</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№009	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,38	0,00	0,90	6,50	1,00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,09	6,45	8,37	108,63	5,68
2008	84-А	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	200	6,48	7,51	6,65	120,53	10,62
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	75	14,42	0,54	0,44	64,06	0,19
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	75	13,78	11,80	0,39	162,64	0,16
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	0,99	1,19	14,65	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	2,67	4,93	17,32	124,64	8,31
2008	123 - А	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	138	2,67	0,53	21,74	102,70	11,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>738</b>	<b>25,18</b>	<b>13,71</b>	<b>57,64</b>	<b>457,88</b>	<b>16,28</b>
<b>Полдник</b>								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	12,51	12,79	11,96	213,72	16,70
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	175	0,12	0,12	22,02	102,24	1,07
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	75	4,90	3,32	29,94	169,34	5,14
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергики)	30	2,25	0,90	15,45	78,60	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ (аллергики)	86	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
<b>Итого</b>			<b>535</b>	<b>21,33</b>	<b>18,85</b>	<b>74,82</b>	<b>572,80</b>	<b>23,21</b>
<b>Всего</b>				<b>60,69</b>	<b>49,18</b>	<b>197,42</b>	<b>1 482,45</b>	<b>44,51</b>