



МЕНЮ

7 апреля 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		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,30	3,00	16,37	96,48	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергики)	30	2,25	0,90	15,45	78,60	0,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	7,20	8,30	35,00	226,40	0,50
2008	К/К	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (аллергики)	200	2,02	0,29	24,55	108,83	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
Итого			415	11,30	13,70	64,07	406,88	1,00
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	182	0,91	0,18	18,36	83,64	3,64
Итого			182	0,91	0,18	18,36	83,64	3,64
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,25	7,01	0,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	4,88	4,01	20,04	135,95	2,79
2012	81-А	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ (аллергики)	200	3,71	3,31	11,87	92,35	2,78
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	8,50	16,10	7,90	161,30	0,20
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	70	20,37	17,47	0,38	239,85	0,16
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	2,51	2,94	10,44	78,65	6,96
		КАПУСТА ОТВАРНАЯ С ПОДСОЛНЕЧНЫМ МАСЛОМ (аллергики)	100	1,81	3,67	4,74	60,34	18,72
	ТК№032	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	22,47	104,35	1,09
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			690	19,99	24,17	85,60	604,26	11,04
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	65	11,38	11,47	9,28	94,64	0,00
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	60	17,83	15,29	0,38	210,10	0,16
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	140	2,71	3,21	17,71	111,23	8,23
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	135	2,58	0,51	21,06	99,49	10,66
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,07	3,22	28,75	160,02	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергики)	30	2,25	0,90	15,45	78,60	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ (аллергики)	100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
Итого			550	28,20	22,63	74,35	627,29	11,53
Всего				60,40	60,68	242,38	1 722,07	27,21