04.09.2025

9

МЕНЮ

Сад 12 часов

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Сбор­**  **ник**  **рецеп­**  **тур** | №  **техн.**  **карты** | **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | | | **Энерге­**  **тическая**  **ценность,**  **ккал** | **Вита­мин С, мг** |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угле­воды, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| 2012 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30 | 3,18 | 4,02 | 6,86 | 60,76 | 0,00 |
| 2008 | 189 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 205 | 6,70 | 9,70 | 24,40 | 211,00 | 0,50 |
|  | ТК№028 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 2,74 | 2,22 | 10,58 | 73,86 | 0,48 |
| **Итого** | | | **415** | **12,62** | **15,94** | **41,84** | **345,62** | **0,98** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | |
|  | ТК№020 | БАНАН СВЕЖИЙ | 119 | 1,79 | 0,60 | 24,99 | 114,24 | 4,78 |
| **Итого** | | | **119** | **1,79** | **0,60** | **24,99** | **114,24** | **4,78** |
| **Обед** | | | | | | | | |
|  | ТК№017 | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ | 41 | 0,32 | 0,00 | 0,75 | 5,40 | 0,83 |
| 2012 | 57 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 200/10/5 | 5,60 | 8,30 | 10,30 | 126,00 | 5,10 |
| 2008 | 228 | РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ | 75 | 14,96 | 0,57 | 0,46 | 66,54 | 0,57 |
| 2012 | 354 | СОУС СМЕТАННЫЙ | 20 | 0,31 | 1,04 | 1,25 | 15,39 | 0,00 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 3,20 | 5,00 | 21,30 | 147,00 | 10,30 |
|  | ТК№038 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/6/7 | 0,13 | 0,01 | 5,78 | 25,02 | 1,26 |
|  | ТК  №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫИ 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 |
| **Итого** | | | **739** | **27,72** | **15,72** | **60,74** | **488,75** | **18,06** |
| **Полдник** | | | | | | | | |
| 2012 | 298 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 180 | 14,40 | 14,40 | 12,84 | 191,20 | 18,00 |
|  | ТК№047 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ | 180 | 0,12 | 0,12 | 21,70 | 88,20 | 0,70 |
|  | ТК  №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫИ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,00 | 0,12 | 6,40 | 31,00 | 0,00 |
| 2008 | 451 | ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ | 75 | 4,93 | 3,34 | 29,88 | 169,42 | 5,93 |
|  | ТК№005 | ЙОГУРТ В ИНД.УПАК. | 127 | 3,54 | 3,16 | 5,68 | 71,33 | 0,38 |
| **Итого** | | | **577** | **23,99** | **21,14** | **76,50** | **551,15** | **25,01** |
| **Всего** | | | | **66,12** | **53,40** | **204,07** | **1 499,76** | **48,83** |