05.09.2025

10

МЕНЮ

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** | **Угле­воды, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| 2012 | 2 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 40 | 1,92 | 2,83 | 21,31 | 91,61 | 2,42 |
| 2008 | 189 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 205 | 5,10 | 6,80 | 27,90 | 232,00 | 0,50 |
| 2012 | 392 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180/6 | 0,04 | 0,00 | 5,92 | 23,81 | 0,01 |
| **Итого** | | | **431** | **7,06** | **9,63** | **55,13** | **347,42** | **2,93** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ | 192 | 1,03 | 0,26 | 19,05 | 83,46 | 4,60 |
| **Итого** | | | **192** | **1,03** | **0,26** | **19,05** | **83,46** | **4,60** |
| **Обед** | | | | | | | | |
| 2012 | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 50 | 0,82 | 2,96 | 4,08 | 46,51 | 1,94 |
| 2012 | 73 | РАССОЛЬНИК С говядиной И СМЕТАНОЙ | 200/10/5 | 5,70 | 7,50 | 13,10 | 121,20 | 5,30 |
| 2012 | 310 | СУФЛЕ КУРИНОЕ | 70 | 10,82 | 4,16 | 9,68 | 140,77 | 0,52 |
| 2012 | 205 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 155 | 4,08 | 3,47 | 19,79 | 124,24 | 0,00 |
|  | ТК№047 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ | 180 | 0,12 | 0,12 | 21,72 | 88,20 | 0,70 |
|  | ТК  №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫИ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,36 | 0,16 | 8,48 | 40,80 | 0,00 |
|  | ТК  №004 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 25 | 1,90 | 0,76 | 13,03 | 66,66 | 0,00 |
| **Итого** | | | **715** | **24,80** | **19,13** | **89,88** | **628,38** | **8,46** |
| **Полдник** | | | | | | | | |
|  | ТК№015 | ОГУРЕЦ СВЕЖИИ | 48 | 0,36 | 0,00 | 1,20 | 6,72 | 1,92 |
| 2012 | 276 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 155 | 18,03 | 17,00 | 17,41 | 222,79 | 8,86 |
|  | ТК№044 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 180 | 0,36 | 0,00 | 25,00 | 102,00 | 0,30 |
|  | ТК  №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫИ ОБОГАЩЕННЫЙ | 24 | 1,61 | 0,19 | 10,05 | 48,35 | 0,00 |
| 2008 | 464 | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ | 50 | 3,84 | 7,17 | 25,05 | 170,99 | 0,00 |
| **Итого** | | | **457** | **24,20** | **24,36** | **78,71** | **550,85** | **11,08** |
| **Всего** | | | | **57,09** | **53,38** | **242,77** | **1 610,11** | **27,07** |