12.09.2025

5

МЕНЮ

Сад 12 часов

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Сбор­  ник  рецеп­  тур | №  техн.  карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге­тическая ценность, к кал | Вита­мин С, мг |
| Белки, г | Жиры, г | Угле­воды, г |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 40 | 5,17 | 4,87 | 13,18 | 118,11 | 0,10 |
| 2008 | 190 | КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА") | 200 | 6,20 | 10,00 | 26,80 | 209,00 | 0,80 |
|  | ТК№040 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 3,20 | 2,80 | 13,60 | 77,00 | 0,50 |
| Итого | | | 420 | 14,57 | 17,67 | 53,58 | 404,11 | 1,40 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
|  | ТК № 002 | ГРУША СВЕЖАЯ | 154 | 0,62 | 0,52 | 15,97 | 72,62 | 3,09 |
| Итого | | | 154 | 0,62 | 0,52 | 15,97 | 72,62 | 3,09 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 50 | 0,80 | 2,90 | 1,50 | 45,60 | 1,90 |
| 2012 | 84 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 200/20 | 4,50 | 2,40 | 12,50 | 92,00 | 6,00 |
| 2012 | 291 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ | 260 | 10,92 | 15,60 | 17,29 | 349,70 | 15,47 |
|  | ТК№044 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 180 | 0,36 | 0,00 | 7,00 | 102,00 | 0,30 |
|  | ТК  №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫИ ОБОГАЩЕННЫЙ | 27 | 1,84 | 0,22 | 11,45 | 55,08 | 0,00 |
|  | ТК  №004 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,16 | 0,46 | 7,97 | 40,79 | 0,00 |
| Итого | | | 752 | 19,58 | 21,58 | 57,71 | 685,17 | 23,67 |
| Полдник | | | | | | | | |
|  | ТК№014 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 51 | 0,61 | 0,10 | 1,94 | 12,24 | 5,10 |
| 2012 | 208 | МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ | 150 | 5,41 | 8,57 | 29,48 | 246,86 | 0,10 |
|  | ТК№038 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/6/7 | 0,12 | 0,01 | 6,90 | 29,33 | 1,13 |
| 2014 | 249 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 75 | 9,27 | 5,92 | 31,59 | 217,38 | 0,05 |
| Итого | | | 469 | 15,41 | 14,60 | 69,91 | 505,81 | 6,38 |
| Всего | | | | 50,18 | 54,37 | 197,17 | 1 667,71 | 34,54 |