

МЕНЮ

5 июня 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,55	8,83	10,36	127,20	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,75	6,68	28,71	197,45	0,51
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,66	3,03	11,18	87,75	0,58
Итого			415	10,96	18,54	50,25	412,40	1,09
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергии)	150	0,60	0,45	15,46	70,53	7,50
Итого			180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,82	7,43	6,08	94,51	0,90
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,19	6,40	7,85	108,55	4,16
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	10,61	5,98	6,90	123,84	0,35
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергии)	80	15,77	0,60	0,49	70,11	0,61
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,50	2,03	10,82	78,41	8,51
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ (аллергии)	150	1,86	0,13	7,93	41,46	8,62
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,04	0,00	5,89	23,70	0,01
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			731	21,70	22,79	60,99	545,50	13,93
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	23,37	15,31	21,21	322,55	0,25
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,91	5,09	9,78	110,00	1,09
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,10	0,00	6,01	24,42	0,02
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,18	2,85	21,65	121,35	0,00
Итого			460	32,26	23,45	60,14	591,90	39,34
Всего				65,82	64,96	189,56	1 627,20	57,96