



# МЕНЮ

1 сентября 2025 г.

## Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	7,20	8,30	35,00	262,40	0,50
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200/5	4,46	0,50	31,19	147,00	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
	ТК№038	ЧАЙ (аллергики)	180/6/7	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
<b>Итого</b>			<b>428</b>	<b>10,56</b>	<b>12,40</b>	<b>50,52</b>	<b>360,40</b>	<b>1,60</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	143	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
<b>Итого</b>			<b>143</b>	<b>0,60</b>	<b>0,60</b>	<b>14,80</b>	<b>66,30</b>	<b>6,00</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	52	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	4,01	4,58	7,53	87,51	3,06
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	11,67	11,91	3,77	168,89	0,38
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергики)	70/40	20,58	21,19	4,44	290,21	0,50
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	155	3,09	5,00	19,56	136,26	9,00
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 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
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (аллергики)	20	1,34	0,20	8,51	41,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>732</b>	<b>22,47</b>	<b>22,41</b>	<b>76,24</b>	<b>599,40</b>	<b>14,34</b>
<b>Полдник</b>								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	185	19,99	26,94	33,80	457,74	0,71
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
к/к	к/к	ВОДА питьевая (аллергики)	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	55	4,76	2,80	17,63	115,06	0,06
2008		ПЕЧЕНЬЕ (аллергики)	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
<b>Итого</b>			<b>445</b>	<b>31,99</b>	<b>31,97</b>	<b>65,54</b>	<b>777,70</b>	<b>3,77</b>
<b>Всего</b>				<b>65,62</b>	<b>67,38</b>	<b>207,10</b>	<b>1 803,80</b>	<b>25,71</b>