

МЕНЮ

30 сентября 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,32	4,17	10,28	96,70	0,09
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,07	8,10	27,90	205,00	0,50
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики)	205	2,04	0,29	24,76	109,80	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180/5	0,13	0,00	13,18	53,20	0,03
Итого			415	12,59	15,07	51,78	378,70	1,09
II Завтрак								
2008	442	СОК	171	0,85	0,17	17,24	78,54	3,41
Итого			171	0,85	0,17	17,24	78,54	3,41
Обед								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	53	0,50	0,13	1,90	12,00	5,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	7,81	8,87	17,42	180,84	7,10
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	195	18,91	20,58	21,56	347,90	18,33
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			674	30,32	30,54	79,58	717,14	102,43
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	8,30	0,46	0,30	144,40	0,90
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	135	2,85	5,31	18,69	134,27	8,99
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	21,72	88,20	1,40
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	55	4,89	2,19	27,93	150,89	0,13
Итого			455	17,16	8,20	75,04	548,76	11,42
Всего				60,92	53,98	223,64	1 723,14	118,35