

МЕНЮ
30 декабря 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор-н ик рецеп-т ур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,8	9	11,6	126	0
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	2,3	2,5	3,7	45	5,5
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	12	17,5	2,5	206	0,2
	TKN№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,9	3,2	5,5	65	0,6
Итого			410	20	32,2	23,3	442	6,3
II Завтрак								
	TK №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,6	0,6	14,8	66	0
Итого			150	0,6	0,6	14,8	66	0
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,4	0,1	3,9	41	0
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	6,2	6,7	16,9	152	7,9
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	11	14,1	10,6	219	0,1
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	150	3	5,5	16,5	118	8,2
	TKN№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,5	0,1	13,9	59	0
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			715	24,7	27,5	85,3	706	16,2
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,6	1,1	8,9	57	9,5
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	TKN№018	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	5	43,2	223	0
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,1		0,3	2	0
	TKN№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	125					0
Итого			585	13,1	10,8	63,3	394	9,5
Всего				58,4	71,1	186,7	1608	32