

МЕНЮ
28 мая 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	2,3	4,2	15,5	105	0
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	2,4	2,5	3,7	45	5,3
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	11,8	17,1	2,6	203	0,2
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3	2,4	5,6	54	0,5
Итого			410	19,5	26,2	27,4	407	6
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,6	0,5	15,5	71	0
Итого			150	0,6	0,5	15,5	71	0
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4		1,3	7	0
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/5/1	1,7	4,3	6,6	72	8,9
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70/70	19,3	18,5	2,3	267	5,3
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	8	5,6	34,8	211	0
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,1		0,2	1	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39	0
Итого			751	31,6	29	59,3	628	14,2
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	14,7	11	12,5	219	22,8
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1		0,4	5	2,4
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39	0
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.	125					0
Итого			545	17,6	11,7	31,2	314	25,2
Всего				69,3	67,4	133,4	1420	45,4