

МЕНЮ
26 ноября 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	1,4	4,2	9,8	79	0
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	2,4	2,5	3,8	46	5,3
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	13,4	18,6	2,8	223	0,2
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,1	2,4	5,7	56	0,5
Итого			410	20,3	27,7	22,1	404	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	2	3,8	9,5	78	12,4
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70/70	20	17,4	4,9	272	5,5
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	8,6	4,9	37,3	219	0
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,1		0,3	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	33,2	26,7	67,4	647	17,9
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	15,2	11,7	14,8	234	26,2
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1		0,5	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	18,1	12,4	33,6	329	28,6
Всего				72,2	67,3	138,6	1451	52,5