

МЕНЮ
29 октября 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	1,6	4,3	11	85	0
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	2,4	2,5	3,7	45	5,3
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	13,2	18,5	2,5	220	0,2
	TKN№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,2	5,1	50	0,5
Итого			410	20	27,5	22,3	400	6
II Завтрак								
	TK № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,6	0,5	15,5	71	0
Итого			150	0,6	0,5	15,5	71	0
Обед								
	TKN№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4		1,3	7	0
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/5/1	2,2	3,9	11,1	86	14,3
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70/70	24	21,1	4,9	324	6,4
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,2	5,1	31,3	191	0
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,1		0,3	2	0
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39	0
Итого			751	36	30,7	63	680	20,7
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	15,5	11,2	14,3	231	26,2
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1		0,5	5	2,6
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39	0
	TKN№005	ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.	125					0
Итого			545	18,4	11,9	33,1	326	28,8
Всего				75	70,6	133,9	1477	55,5