



МЕНЮ

24 марта 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,3	2,9	17,2	98	5
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	7,2	7,4	35,7	238	0,5
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	4,7	1,1	33,6	163	0
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,7	2,2	11,2	76	0,5
	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,2		12,5	51	0
Итого			415	11,2	12,5	64,1	412	6
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	179	0,9	0,2	18	77	3,6
Итого			179	0,9	0,2	18	77	3,6
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	48	0,4		1,2	7	4,8
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	5	4	20,2	136	3
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	85	12,3	3,9	5,9	108	0,3
	5	мясо отварное (аллергики)	60/10	11,4	9,8		134	0
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	125	2,8	2,7	11,5	82	8,8
	4	овощи тушеные (аллергики)	150	2,2	0,3	13,3	65	12,8
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	12,9	53	1
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,5	0,2	9,8	47	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,8	0,7	12,5	64	0
Итого			695	23,9	11,6	74	497	17,9
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70	13	11,4	10,5	195	0
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	140	2,8	3,1	18,4	114	8,7
	3	картофельное пюре (аллергики)	141	2,7	0,6	22,3	105	11,3
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	0,9	0,1	5,9	28	0
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,4	3,4	30,6	169	0
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180					0
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	102	2,9	2,6	4,6	58	0,7
Итого			556	24	20,6	70	564	9,4
Всего				60	44,9	226,1	1550	36,9

старшая медсестра

Рохмина И.Д.