

МЕНЮ

11 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,39	6,90	10,00	69,00	0,00
	ТК № 004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии)	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" (аллергии)	200	1,78	0,36	18,71	85,13	0,00
	ТК № 040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			415	12,59	17,70	50,60	349,00	1,00
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			180	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
Обед								
	ТК № 015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,38	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	6,00	4,40	16,00	158,90	6,60
2008	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ (аллергии)	200	4,26	2,75	5,81	65,40	9,22
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	17,92	7,84	7,20	172,80	12,90
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергии)	70/70	23,66	25,09	1,00	323,93	0,50
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,40	6,90	13,40	125,10	9,20
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ (аллергии)	155	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК № 042	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0,70	0,10	37,00	151,00	1,10
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК № 003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	ТК № 004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,88	65,90	0,00
Итого			730	31,32	20,23	100,60	742,90	31,80
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,70	9,00	16,10	221,00	0,20
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	205	2,02	0,29	26,16	115,28	0,00
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,90	2,30	6,50	39,00	0,10
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,00	4,00	9,80	98,90	1,10
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергии)	148	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,76	8,40	37,31	243,47	0,00
	ТК № 004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии)	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			510	30,16	23,90	77,21	640,37	16,60
Всего				75,03	62,07	246,11	1 810,27	50,84

Заведующий Хозяйством

Головенько В.А.

Шеф повар (зав. производством)

Седина Д.М.