



## МЕНЮ

10 марта 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	7,31	2,95	34,93	196,21	0,53
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	155	4,24	0,48	26,97	129,01	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
<b>Итого</b>			<b>428</b>	<b>8,93</b>	<b>3,53</b>	<b>53,73</b>	<b>284,61</b>	<b>1,63</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,60	0,60	14,70	7,05	0,00
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,60</b>	<b>0,60</b>	<b>14,70</b>	<b>7,05</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	1,21	1,75	7,58	50,76	3,20
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	250	2,45	0,47	19,24	91,35	9,61
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	12,89	4,99	3,42	109,98	0,39
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергики)	70/70	0,71	0,08	4,20	20,73	0,95
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,93	0,88	19,41	97,96	9,05
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,91	0,58	23,72	112,04	12,00
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,09	0,09	7,92	24,14	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>725</b>	<b>20,70</b>	<b>8,51</b>	<b>60,11</b>	<b>392,74</b>	<b>13,64</b>
<b>Полдник</b>								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	0,32	7,31	1,79	74,39	0,67
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	4,47	1,96	17,23	104,66	0,05
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергики)	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>455</b>	<b>12,03</b>	<b>11,50</b>	<b>33,13</b>	<b>383,95</b>	<b>3,72</b>
<b>Всего</b>				<b>42,26</b>	<b>24,14</b>	<b>161,67</b>	<b>1 068,35</b>	<b>18,99</b>