

МЕНЮ

19 мая 2025 г.
Сад 12 часов



Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, масло сливочное несоленое,82.5% жирности,высший сорт, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	35	1,58	2,37	17,85	76,84	2,03
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (пшено шлифованное высший сорт, вода питьевая, молоко питьевое пастер. 2.5% жирности, соль йодированная, сахар белый кристаллический, масло сливочное несоленое,82.5% жирности,высший сорт)	205	7,20	8,30	35,00	226,40	0,50
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (пшено шлифованное высший сорт, вода питьевая, соль йодированная, сахар белый кристаллический)	205	4,46	1,05	32,16	155,93	0,00
	TK№0 28	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар белый кристаллический, молоко питьевое пастер. 2.5% жирности, вода питьевая)	180	2,82	2,27	11,14	76,87	0,48
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар белый кристаллический)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			420	11,60	12,94	63,99	380,11	3,01
II Завтрак								
2008	442	СОК (сок яблочный прямого отжима)	176	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			176	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	TK№0 15	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы свежие)	50	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ (картофель, горох шлифованный целый 1 сорт, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, дезодорированное высший сорт, вода питьевая, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, соль йодированная)	200/10	3,60	4,50	20,00	147,00	3,10
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ (рыба треска филе, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, яйцо куриное пищевое столовое 1 кат, масло сливочное несоленое,82.5% жирности,высший сорт, вода питьевая, соль йодированная)	80	8,50	16,10	7,90	161,30	0,20
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (морковь, картофель, горошек зеленый высший сорт, капуста белокачанная, соль йодированная, молоко питьевое пастер. 2.5% жирности, масло сливочное несоленое,82.5% жирности,высший сорт, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сахар белый кристаллический)	130	1,86	0,10	8,59	75,95	8,59
	TK№0 42	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (яблоки, сахар белый кристаллический, крахмал картофельный, кислота лимонная пищевая, вода питьевая)	180	0,12	0,12	22,47	104,35	1,09
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			700	18,06	21,77	83,76	612,60	14,98
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА) (говядина б/х, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, вода питьевая, сухари панировочные, масло сливочное несоленое,82.5% жирности,высший сорт, соль йодированная)	70	11,41	10,14	10,39	178,31	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ (картофель, морковь, молоко питьевое пастер. 2.5% жирности, масло сливочное несоленое,82.5% жирности,высший сорт, соль йодированная)	145	2,81	2,43	19,01	96,32	8,92
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	15	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (мука пшеничная высш.сорт, сахар белый кристаллический, масло сливочное несоленое,82.5% жирности,высший сорт, масло подсолнечное рафинированное, дезодорированное высший сорт, яйцо куриное пищевое столовое 1 кат, соль йодированная, вода питьевая, дрожжи хлебопекарные прессованные)	50	4,04	3,14	28,71	158,93	0,00
	TK№0 22	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (напиток витаминизированный (концентрат), вода питьевая)	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
	TK№0 05	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК. (йогурт 2.5% жирности в ассортименте)	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			560	28,30	20,44	76,72	694,96	12,22
Всего				57,96	55,15	224,47	1 687,67	30,21