

МЕНЮ
25 марта 2025 г.**Сад 12 часов**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62	0
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	5	0,2	0,3	0,3	4	0,22
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	155	15,9	21,6	3	153	0,21
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,8	3,2	15,6	107	0,6
Итого			370	23,1	29,2	25,9	326	1,03
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	147	0,6	0,5	15,5	71	3
Итого			147	0,6	0,5	15,5	71	3
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,4	0,1	3,9	41	1,5
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,4	6,6	11,4	125	4,4
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	13,1	2,8	10,9	120	0,5
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	185	3	6,9	19,2	150	8,12
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,4		7	102	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			750	24,9	17,4	75,9	655	14,52
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	42	4,9	4,5	0,3	61	0
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	140	2,1	1,9	9,1	82	5,49
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	52	3,8	5	43,2	223	0
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,1		8,2	34	0,2
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	125	3,5	3,1	5,6	71	0,38
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
Итого			579	16,1	14,7	77	522	6,07
Всего				64,7	61,8	194,3	1574	24,62

Шеф повар (зав. производством) _____

Швец Н.Н.