

8 июня 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ 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	25	1,25	1,87	14,06	78,05	0,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,20	7,40	25,00	191,40	0,00
	ТК№041	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	13,70	87,60	0,00
Итого			405	10,25	11,67	52,76	357,05	0,00
II Завтрак								
	ТК№051	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	2,74	2,91	12,57	87,40	0,00
Итого			180	2,74	2,91	12,57	87,40	0,00
Обед								
	ТК№043	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,00	1,30	6,80	0,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И	190/10	3,60	3,90	20,00	129,50	0,00
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	85	12,09	3,88	4,86	102,92	0,14
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	1,84	0,10	8,50	42,30	0,00
	ТК№052	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	22,47	91,48	0,00
	ТК№029	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,04	0,24	12,70	61,10	0,00
	ТК№033	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,63	1,05	18,10	92,40	0,00
Итого			704	22,72	9,29	87,93	526,50	0,14
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	85	7,03	7,30	17,28	160,27	0,00
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	0,33	4,87	20,50	127,20	0,00
	ТК№013	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0,40	0,10	7,10	30,90	0,00
	ТК№029	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,04	0,24	12,70	61,10	0,00
	ТК№045	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	2,30	0,90	15,50	79,30	0,00
	ТК№024	ЙОГУРТ В ИНД, УПАКОВКЕ	100	4,50	5,00	4,50	81,00	0,00
Итого			570	16,60	18,41	77,58	539,77	0,00
Всего				52,31	42,28	230,84	1 510,72	0,14

Шеф повар (зав. производством) _____ Швец Н.Н.