

22 мая 2026 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	4,52	5,50	13,30	120,80	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	3,50	4,00	26,80	157,20	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	92,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>11,22</b>	<b>12,30</b>	<b>53,70</b>	<b>370,40</b>	<b>0,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№048	ЯБЛОКИ	98	0,39	0,39	9,62	46,11	9,81
<b>Итого</b>			<b>98</b>	<b>0,39</b>	<b>0,39</b>	<b>9,62</b>	<b>46,11</b>	<b>9,81</b>
<b>Обед</b>								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	54	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
	ТК№049	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	50	2,35	5,75	12,00	109,20	0,00
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180/20	4,40	2,30	13,50	92,30	0,00
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	5,40	8,50	32,00	226,10	0,00
	ТК№050	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	15,00	61,40	0,00
	ТК№019	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,02	0,12	6,36	30,60	0,00
	ТК№012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,08	0,50	7,70	39,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>714</b>	<b>19,71</b>	<b>21,77</b>	<b>86,86</b>	<b>622,20</b>	<b>0,00</b>
<b>Полдник</b>								
	ТК№043	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	79	0,40	0,00	1,30	6,80	0,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	200	7,60	10,50	26,25	226,90	0,00
	ТК№034	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	0,00
	ТК№019	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,02	0,12	6,36	30,60	0,00
2012	458	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	80	7,18	7,66	38,30	250,18	0,00
<b>Итого</b>			<b>567</b>	<b>16,32</b>	<b>18,28</b>	<b>80,73</b>	<b>550,48</b>	<b>0,00</b>
<b>Всего</b>				<b>47,64</b>	<b>52,74</b>	<b>230,91</b>	<b>1 589,19</b>	<b>9,81</b>

Шеф повар (зав. производством) \_\_\_\_\_ Швец Н.Н.