

30 апреля 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	0,99	1,49	11,22	62,27	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	4,50	6,00	31,00	196,00	0,00
	ТК№041	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	13,70	87,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>8,29</b>	<b>9,89</b>	<b>55,92</b>	<b>345,87</b>	<b>0,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№035	БАНАН	117	2,80	3,10	13,50	93,10	0,00
<b>Итого</b>			<b>117</b>	<b>2,80</b>	<b>3,10</b>	<b>13,50</b>	<b>93,10</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№036	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,38	0,00	0,88	5,00	0,00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ПЕТРУШКОЙ	185/10/5	5,60	8,30	10,30	138,30	0,00
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	75	17,16	0,98	0,40	79,39	0,39
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	155	2,14	7,14	34,17	209,51	0,00
	ТК№034	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	0,00
	ТК№029	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	43	2,04	0,24	12,70	61,10	0,00
	ТК№022	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	9	1,51	0,67	10,75	55,02	0,00
<b>Итого</b>			<b>725</b>	<b>28,95</b>	<b>17,33</b>	<b>77,72</b>	<b>584,32</b>	<b>0,39</b>
<b>Полдник</b>								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	220	3,89	7,44	15,76	145,52	0,00
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	40	0,53	0,63	2,22	16,63	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	233	3,39	4,68	11,35	101,09	0,00
	ТК№029	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	43	2,04	0,24	12,70	61,10	0,00
	ТК№045	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	10	2,30	0,90	15,50	79,30	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	85	5,84	6,37	30,87	204,16	0,00
<b>Итого</b>			<b>631</b>	<b>17,99</b>	<b>20,26</b>	<b>88,40</b>	<b>607,80</b>	<b>0,00</b>
<b>Всего</b>				<b>58,03</b>	<b>50,58</b>	<b>235,54</b>	<b>1 631,09</b>	<b>0,39</b>

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