

МЕНЮ

10 2025 .

1-я млад группа - 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
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,8	6,1	20,9	154	0,4
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	130	3,2	4,5	34,1	190	0
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6			8,4	34	0,96
Итого			371	7	10,2	36,3	250	1,36
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	65	0
Итого			150	0,8	0,2	15,2	65	0
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	3,2	37	0,1
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,1	6,2	8	107	4
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	12,9	5,5	2,1	108	0,1
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	55	14,4	9,7		146	0
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	3,2	2,7	15,5	97	0
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1	0,1	6,4	31	0
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,1	0,5	7,7	39	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,1	0,1	17,6	72	0,6
Итого			567	23	17,4	60,5	491	4,8
Полдник								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3		1	6	1,6
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	120	14	13,1	13,5	228	6,8
	ТК№031	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,3		20,8	85	0
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1	0,1	6,4	31	0
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	55	4,2	7,9	27,5	182	0
Итого			381	19,8	21,1	69,2	532	8,4
Всего				50,6	48,9	181,2	1338	14,56