

**МЕНЮ**  
16 декабря 2024 г.  
Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,29	2,85	16,47	95,59	4,46
	TK №004	БАТОН (аллергики)	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	6,12	6,78	28,42	198,87	0,51
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ Б/МОЛОЧНАЯ (аллергики)	205	3,63	0,95	18,39	96,50	0,00
2008	TK№432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,86	2,18	11,66	77,46	0,47
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,10	0,00	6,50	26,36	0,02
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>10,27</b>	<b>11,81</b>	<b>56,55</b>	<b>371,92</b>	<b>5,44</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	179	0,89	0,18	18,04	82,14	3,57
	TK №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	150	0,60	0,60	14,96	66,96	6,06
<b>Итого</b>			<b>179</b>	<b>0,89</b>	<b>0,18</b>	<b>18,04</b>	<b>82,14</b>	<b>3,57</b>
<b>Обед</b>								
	TK№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	5,73	3,64	23,84	151,53	3,07
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	200/10	0,83	5,01	6,19	73,26	3,02
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	11,51	3,92	6,13	105,65	0,25
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	14,08	12,02	0,60	166,69	0,25
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	2,66	2,67	11,38	94,49	8,66
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (аллергики)	135	1,63	0,19	8,47	42,91	9,44
	TK№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	21,72	88,20	1,40
	TK№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (аллергики)	180	0,14	0,14	9,72	41,57	1,44
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>700</b>	<b>24,00</b>	<b>11,30</b>	<b>87,87</b>	<b>563,87</b>	<b>15,38</b>
<b>Полдник</b>								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70	12,06	10,79	10,04	185,23	0,00
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергики)	70/70	19,87	16,73	2,61	240,45	0,98
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,98	1,47	19,74	104,50	9,29
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ б/м (аллергики)	150	2,39	0,44	18,48	87,93	8,96
	TK№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,10	0,00	6,50	26,36	0,02
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,11	2,96	29,08	159,16	0,00
	TK №004	БАТОН (аллергики)	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
	TK№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
	TK №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	97	0,40	0,40	9,92	44,42	4,02
<b>Итого</b>			<b>565</b>	<b>29,19</b>	<b>19,95</b>	<b>77,47</b>	<b>710,29</b>	<b>12,59</b>
<b>Всего</b>			<b>64,35</b>	<b>43,24</b>	<b>239,93</b>	<b>1 728,22</b>	<b>36,98</b>	

Шеф повар (зав. производством)

Абдуллаева Н.А.