

**МЕНЮ**

17 июля 2025 г.

**Сад 12 часов(vs)**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-гическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	3,71	2,29	1,82	58,02	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	180	2,64	7,28	27,07	169,48	1,16
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,92	3,20	16,98	85,00	0,60
	ТК№012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	36	1,88	0,73	12,85	47,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>416</b>	<b>12,15</b>	<b>13,50</b>	<b>58,72</b>	<b>360,00</b>	<b>1,76</b>
<b>II Завтрак</b>								
		ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	125	6,00	6,75	19,75	90,00	0,35
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>6,00</b>	<b>6,75</b>	<b>19,75</b>	<b>90,00</b>	<b>0,35</b>
<b>Обед</b>								
2012	40	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	1,31	3,50	3,76	47,69	1,24
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	1,80	6,23	4,54	98,84	10,28
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60/30	2,52	4,54	2,20	121,98	12,32
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150/5	6,52	4,67	35,94	275,53	0,00
		СОК ИЗ ФРУКТОВ И ОВОЩЕЙ ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,00	0,00	16,46	50,32	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,92	0,24	12,72	30,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>725</b>	<b>15,07</b>	<b>19,18</b>	<b>75,62</b>	<b>624,36</b>	<b>23,84</b>
<b>Полдник уплотнённый</b>								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	70	4,59	6,78	5,58	140,55	0,22
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,50	3,65	6,26	106,31	10,11
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,38	0,15	6,85	61,53	9,80
	ТК№007	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,94	0,20	4,74	40,80	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	3,37	0,50	3,94	39,30	0,00
2008		ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	96,00	0,00
	ТК№006	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,54	0,50	21,02	56,33	4,00
<b>Итого</b>			<b>535</b>	<b>14,16</b>	<b>12,77</b>	<b>71,58</b>	<b>540,82</b>	<b>24,13</b>
<b>Всего</b>				<b>47,38</b>	<b>52,20</b>	<b>225,67</b>	<b>1 615,18</b>	<b>50,08</b>