

МЕНЮ

7 марта 2025 г.

САД 12 ЧАСОВ

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	30	1,29	2,95	16,26	95,60	4,40
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	7,20	8,30	35,00	226,40	0,50
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			415	11,29	13,65	63,96	406,00	5,40
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	177	0,18	0,35	28,55	118,79	709,22
Итого			177	0,18	0,35	28,55	118,79	709,22
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	4,95	4,00	20,54	138,26	3,07
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	11,07	3,90	6,06	103,37	0,24
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	2,67	2,85	11,51	83,04	8,51
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	22,70	105,40	1,10
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			700	22,79	11,82	85,61	554,07	14,92
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70	12,44	11,11	10,40	191,10	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,94	3,20	19,54	119,39	9,15
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,02	0,12	6,36	30,60	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,02	3,20	28,70	159,36	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,50	20,00	4,00	207,00	0,30
Итого			565	28,46	39,66	72,51	861,35	12,45
Всего				62,72	65,48	250,63	1 940,21	741,99