



МЕНЮ

6 октября 2025 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		
Завтрак								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	4,87	6,07	23,44	167,65	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,01	0,00	9,72	39,10	0,19
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50	3,29	4,39	21,46	138,47	0,00
Итого			410	8,17	10,46	54,62	345,22	0,19
Обед								
2012	59	БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ)	200	2,30	4,96	11,32	99,85	11,95
2012	257	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ	70	10,46	2,62	7,08	93,89	0,12
2012	316	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	155	3,93	4,95	41,26	225,38	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,86	0,23	18,82	88,81	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,72	0,23	11,02	53,03	0,00
Итого			639	22,02	13,14	104,35	625,46	15,07
Полдник уплотненный								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	8,30	14,65	1,83	172,43	0,15
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,01	0,00	14,08	56,52	0,19
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,91	0,16	12,55	59,21	0,00
2008		ЯБЛОКО (для дежурн групп)	101	0,40	0,40	9,92	47,58	10,12
Итого			396	10,62	15,21	38,38	335,74	10,46
Всего				40,81	38,81	197,35	1 306,42	25,72

Повар _____

Сагоцкая Н.А.