



МЕНЮ

20 ноября 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	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	4,65	7,82	17,81	160,78	0,48
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	45	2,99	4,56	19,51	131,07	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,63	3,00	14,98	102,49	0,57
Итого			405	11,27	15,38	52,30	394,34	1,05
II Завтрак								
2012	368	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	136	1,98	0,66	27,64	126,33	5,43
Итого			136	1,98	0,66	27,64	126,33	5,43
Обед								
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	3,89	4,36	8,66	90,11	4,48
2012	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	95	1,23	4,75	9,56	85,95	0,62
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	65	0,92	3,76	5,39	58,98	2,53
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	148	0,74	0,15	14,70	63,86	2,97
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,58	0,21	16,97	80,07	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,06	0,27	13,16	63,34	0,00
Итого			573	11,42	13,50	68,44	442,31	10,60
Полдник уплотненный								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	8,01	14,42	1,55	168,10	0,12
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,01	0,00	14,32	57,51	0,18
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,73	0,14	11,36	53,60	0,00
2008		ЯБЛОКО <i>(для дежурки групп)</i>	130	0,52	0,52	12,73	61,07	12,99
Итого			418	10,27	15,08	39,96	340,28	13,29
Всего				34,94	44,62	188,34	1 303,26	30,37

Повар _____

Сагоцкая Н.А.