

Заведующий
Лебедева Е. А.



МЕНЮ

3 декабря 2025 г.

Сад 24 часов

Сборник рецептур	№ Техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,4	6,9	10	69	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С САХАРОМ	205	5,7	2,7	33,7	232	0,5
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	77	0,5
Итого			415	12,3	12,4	57,3	378	1
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	180	0,9	0,2	17,8	76	3,5
Итого			180	0,9	0,2	17,8	76	3,5
Обед								
	ТК№054	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4		1,3	7	2
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	6	4,4	16	160	7
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	90	21,4	11	3,3	232	14,6
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,5	6,4	13,8	128	10,2
	ТК№046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180			18	68	0
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39	0
Итого			711	32,4	22,4	66,5	665	33,8
Полдник								
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД, УПАК.	100	2,8	2,5	4,5	57	0,3
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	35	4,9	6,3	2,2	174	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6			8,4	34	0
Итого			321	7,7	8,8	15,1	265	0,3
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	175	17,7	9	16,1	157	0,19
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,4	3,6	8,8	89	0,9
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,8	0,2	7,5	38	15,2
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,9	0,9	13,5	74	0
Итого			490	25,8	13,7	13,7	358	16,38
Ужин 2								
2008	435	РЯЖЕНКА	180	3,2	1,8	7,6	72	0,9
Итого			180	3,2	1,8	7,6	72	0,9
Всего				82,3	59,3	210,2	1814	55,88