

Заведующий
Песедова Е. А.

МЕНЮ
12 января 2026 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	7,2	8,3	35	262	0,5
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,1		8,5	36	0,6
Итого			428	10,5	12,4	50,5	360	1,1
II Завтрак								
	ТК №006	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,7	0,6	24,5	112	11,7
Итого			100	1,7	0,6	24,5	112	11,7
Обед								
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	26,1	107	0
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,4		0,9	7	1
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ,ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	221	5	7,7	11	121	3,2
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	12,9	12,4	3,6	177	0,2
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С	150	2,9	4,9	19,5	134	9
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНОЙ-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ.	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТКН№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			726	24,7	25,9	82	649	13,4
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,9	4	9,7	126	1,1
2008	479	БУЛОЧКА «ТВОРОЖНАЯ	50	7,3	2,3	29,3	144	0
Итого			250	13,2	6,3	39	270	1,1
Ужин								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	20	18,5	33,5	204	1,42
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6			8,4	34	0
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК№004	БАТОН ОБОГОЩЕННЫЙ	25	1,8	0,8	12,8	66	0
Итого			436	23,5	19,5	65,3	355	1,42
Ужин 2								
2008	435	КЕФИР	180	5,4	3	7,2	56	1,8
Итого			180	5,4	3	7,2	56	1,8
Всего				79	67,7	268,5	1802	30,52