

МЕНЮ
19 декабря 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								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	30	1,31	2,97	16,38	96,33	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	11,31	13,67	64,08	406,73	5,40
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	179	0,18	0,36	28,86	120,09	716,98
Итого			179	0,18	0,36	28,86	120,09	716,98
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	4,96	4,02	20,65	138,87	3,07
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	90	12,67	3,95	6,14	110,51	0,28
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	2,67	2,84	11,49	82,92	8,51
ТК№042		КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,13	0,13	8,96	38,32	1,32
ТК №003		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,89	0,22	11,77	56,61	0,00
ТК №004		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,92	0,77	13,16	67,32	0,00
Итого			713	24,64	11,93	73,47	501,55	15,18
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	80	14,42	12,77	10,44	214,29	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,94	3,19	19,55	119,32	9,15
ТК №003		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,12	0,13	7,00	33,66	0,00
ТК№022		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,01	3,20	28,71	159,48	0,00
ТК№005		ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,50	20,00	4,00	207,00	0,30
Итого			577	30,53	41,32	73,21	887,65	12,45
Всего				66,66	67,28	239,62	1 916,02	750,01