



Заведующий
Секции питания
Е.А. Аглицкая

МЕНЮ 14 марта 2025 г. Сад 12 часов

Сад 12 ч. 00				Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ (сметана 30% жирности, творог 10% жирности, сахарная пудра 10%, яйца 10%, сливки 10%, масло сливочное 10%)	120	19,33	13,51	19,11	263,80	0,29
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (молоко 10%, сахарная пудра 10%, яйца 10%, сливки 10%, масло сливочное 10%)	50	0,95	2,44	6,59	52,27	0,13
	TKNO 43	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахарная пудра, яйца 10%, сливки 10%, масло сливочное 10%)	200	4,09	3,38	14,68	106,69	0,64
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное 10%, яйца 10%, сливки 10%, сахарная пудра 10%)	30	1,94	4,31	12,60	96,90	0,00
Итого			400	26,31	23,64	52,98	539,66	1,06
II Завтрак								
2008	423	ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (ГРУША) (груша)	100	0,39	0,29	9,99	45,59	2,00
Итого			100	0,39	0,29	9,99	45,59	2,00
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И ОГУРЦОВ (капуста белокочанная, огурцы, помидоры, лук репчатый, масло растительное рафинированное, соль)	50	0,73	2,54	2,22	34,98	7,55
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ И ГОВДИНОЙ (картофель, говядина, морковь, лук репчатый, масло растительное рафинированное, вода, соль, перец черный молотый)	180	5,50	5,13	14,26	125,35	4,75
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	130	4,22	3,05	26,98	152,38	0,00
2012	254	ЗАЛЕКАВКА ИЗ РЫБЫ (рыба, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное рафинированное, вода, соль, перец черный молотый)	70	16,98	13,04	5,81	206,39	0,42
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (яблоки, сливы, вишня, изюм, чернослив))	200	0,00	0,00	9,68	36,70	0,00
	TK N003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (пшеница пшеничная обд., мука пшеничная)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			555	29,13	23,96	69,55	610,80	12,82
Уплотненный полдник								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (огурцы, помидоры, масло растительное рафинированное, соль)	60	0,46	2,54	1,44	30,39	5,75
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (сметана 10% жирности, морковь, картофель, капуста, лук репчатый, перец черный молотый, соль)	130	2,45	4,79	13,03	111,70	20,95
2008	213	ЯЙЦО ВАПЕНОЕ (яйца куриные (ку))	40	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ (КЕФИР) (кефир 2,5 % жирности)	180	5,22	4,50	7,20	95,40	1,26
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ (ПЕЧЕНЬЕ) (печенье сахарное, масло сливочное)	35	2,63	3,43	26,06	146,08	0,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (пшеница пшеничная обд., мука пшеничная)	55	4,20	0,34	27,61	130,32	0,00
	TK N003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (пшеница пшеничная обд., мука пшеничная)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			525	21,86	20,30	68,24	626,79	27,96
				77,39	68,19	210,76	1 821,94	43,64