

МЕНЮ
23 октября 2025 г.
Если 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 МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4,55	6,51	17,37	146,77	0,41
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,71	0,66	11,75	59,89	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,54	0,03	32,06	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,10	0,00	7,84	32,28	0,51
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	70	0,31	0,31	7,70	36,94	7,86
Итого			398	6,69	11,02	44,69	307,94	8,78
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	3,23	1,76	11,26	74,89	3,76
2008	284	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	50/30	7,86	8,43	11,08	151,86	1,71
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3,73	0,44	23,93	114,75	0,00
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,65	1,47	2,75	27,81	10,30
2008		ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	19	1,39	0,37	8,95	45,68	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,18	0,29	13,93	67,02	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	8,99	35,93	0,00
Итого			582	19,04	12,76	80,89	517,94	15,77
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,20	3,62	6,95	78,19	0,78
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,59	2,99	27,10	151,47	0,00
Итого			200	7,79	6,61	34,05	229,66	0,78
Ужин								
2008	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	45	6,10	5,86	0,69	80,12	0,84
2012	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	2,15	3,86	17,39	113,12	8,78
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	30	0,93	0,06	1,96	12,08	1,24
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,31	0,11	8,60	40,60	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,91	0,18	18,47	78,63	3,66
Итого			382	11,40	10,07	47,11	324,55	14,52
Всего				44,92	40,46	206,74	1 380,09	39,85

Повар _____ Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.

МЕНЮ

23 октября 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 МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	5,40	7,66	20,76	174,18	0,49
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,05	0,79	14,07	71,70	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,54	0,03	32,06	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,12	0,00	9,07	37,37	0,56
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	78	0,31	0,31	7,66	36,75	7,82
Итого			470	7,90	12,30	51,59	352,06	8,87
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,31	2,80	14,95	103,60	5,00
2008	284	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	70/40	9,43	10,14	12,72	180,43	2,00
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,26	3,72	24,23	147,89	0,00
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0,96	1,90	4,30	39,65	15,29
2008		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ	23	1,72	0,46	11,04	56,32	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	2,74	0,36	17,51	84,27	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	10,83	43,28	0,00
Итого			734	23,42	19,38	95,58	655,44	22,29
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,04	4,35	8,34	93,87	0,93
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	70	5,59	4,66	42,21	235,90	0,00
Итого			250	10,63	9,01	50,55	329,77	0,93
Ужин								
2008	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	55	7,37	6,26	0,93	89,83	1,14
2012	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,57	3,35	20,85	124,09	10,53
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	40	1,16	0,08	2,44	15,04	1,55
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,17	0,18	14,26	67,31	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,02	0,20	20,52	87,36	4,06
Итого			453	14,29	10,07	59,00	383,63	17,28
Всего				56,24	50,76	256,72	1 720,90	49,37

Повар

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.