

М.П.
21 октября 2026 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								
			30	1,60	8,52	10,71	126,05	0,00
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	200	9,40	3,50	33,14	197,90	50,31
2024	TK № 17	ОМЛЕТ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	193/7	0,20	0,01	8,22	34,91	1,15
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	430	11,20	12,03	52,07	358,86	51,46
Итого								
II Завтрак								
2024	TK № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	200	2,94	5,00	13,00	120,00	0,00
			200	2,94	5,00	13,00	120,00	0,00
Итого								
Обед								
2024	TK № 18	САЛАТ "ЛЕТНИЙ" (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ, ПОМИДОРЫ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, УКРОП, ПЕТРУШКА)	50	0,51	2,39	1,76	31,14	43,51
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/15/5	5,53	9,06	5,42	127,91	7,16
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	70/25	5,09	8,68	6,01	145,80	0,46
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,20	5,90	33,00	240,00	0,00
2024	TK № 19	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,41	0,07	6,78	27,09	0,09
Реестр TK USP 2024	20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,90	0,20	8,50	40,80	0,00
Реестр TK USP 2024	TK № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,90	15,45	78,60	0,00
			705	21,89	27,20	76,92	691,34	51,22
Итого								
Полдник								
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	8,01	11,50	8,52	195,15	0,46
2024	TK № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,34	0,18	8,56	41,18	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	60	5,96	1,89	34,72	179,64	0,12
2008	337	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ (КАБАЧКИ) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	0,92	2,38	7,05	54,08	10,02
2024	13	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	18,89	91,38	72,00
			460	16,82	16,19	77,74	561,43	82,60
Итого								
Всего								
				52,85	60,42	219,73	1 731,63	185,28