

**МЕНЮ**  
19 марта 2025 г.

**Сад 12 часов**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	6,1	8	24,9	196
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3	3,3	4,9	62
2008	117	БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	34	2,6	1	17,5	89
<b>Итого</b>			<b>399</b>	<b>11,7</b>	<b>16,4</b>	<b>47,3</b>	<b>384</b>
<b>II Завтрак</b>							
2011	368	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	92	0,4	0,4	9	43
<b>Итого</b>			<b>92</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9</b>	<b>43</b>
<b>Обед</b>							
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/0/12	2,9	6,3	15,4	137
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	75	11,9	13,9	8,8	208
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,6	2,6	3,6	40
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,7	4,1	29,6	174
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖИХ	175	0,2	0,1	23,7	97
2008	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,3	13,7	74
2008	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,7	80
<b>Итого</b>			<b>710</b>	<b>25,1</b>	<b>27,6</b>	<b>111,5</b>	<b>810</b>
<b>Полдник</b>							
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	25,5	17,7	20,7	355
2011	2/11	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	1,6	3	8,5	68
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			11,6	47
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>27,1</b>	<b>20,7</b>	<b>40,8</b>	<b>470</b>
<b>Всего</b>				<b>64,3</b>	<b>65,1</b>	<b>208,6</b>	<b>1707</b>

**МЕНЮ**  
20 марта 2025 г.

**Сад 12 часов**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37
2012	417	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5,6	6,6	27,5	193
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,6	2,6	16,6	101
2008	117	БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	36	2,7	1	18,3	93
<b>Итого</b>			<b>401</b>	<b>10,9</b>	<b>14,3</b>	<b>62,4</b>	<b>424</b>
<b>II Завтрак</b>							
2012	401	КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ (СНЕЖОК)	121	3,4	3	5,5	68
<b>Итого</b>			<b>121</b>	<b>3,4</b>	<b>3</b>	<b>5,5</b>	<b>68</b>
<b>Обед</b>							
2011	20/2	СУП-ЛАПША НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ	200	1,8	3,7	11,8	89
2016	292	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ КУР	150	14,1	15,2	21,6	282
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,4	0,2	19,2	88
2008	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,3	12	65
2008	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,4	0,3	15,6	75
<b>Итого</b>			<b>592</b>	<b>20,6</b>	<b>19,7</b>	<b>80,2</b>	<b>599</b>
<b>Полдник</b>							
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	9,5	12,8	2,6	163
2008	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,3	12	65
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			11,5	46
2012	87	ПЕЧЕНЬЕ (ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА)	15	1,1	1,5	11,2	63
<b>Итого</b>			<b>320</b>	<b>12,5</b>	<b>14,6</b>	<b>37,3</b>	<b>337</b>
<b>Всего</b>				<b>47,4</b>	<b>51,6</b>	<b>185,4</b>	<b>1428</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 151325621799860972593249704829105498913750279359

Владелец Лазаренко Любовь Юрьевна

Действителен с 25.03.2025 по 25.03.2026