

ул.ОДЕССКАЯ д.2.
/ТИМОФЕЕВА Н.Н./

14 июля 2026 г.

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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,4	4,1	10	91	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2,2	3,5	18,9	116	0
	ТК№008	ЧАЙ С МОЛОКОМ	170	3	2,2	10,2	73	0
Итого			350	8,6	9,8	39,1	280	0
II Завтрак								
	ТК№009	ЯБЛОКО	95	1,3	1,3	7	45	0
	ТК№010	ПЕЧЕНЬЕ	10	0,8	1	3	24	0
Итого			105	2,1	2,3	10	69	0
Обед								
	ТК№011	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,4	0,1	1,5	9	0
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	3,2	4,1	10,3	91	0
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	160	8,2	12	26,4	247	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	18,3	77	0
	ТК№005	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	41	0
	ТК№012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	40	0
Итого			546	14,8	17,1	72,7	505	0
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	60	5	4,5	0,2	61	0
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	0,3	3,9	16,4	102	0
	ТК№013	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0,4	0,1	7,1	31	0
	ТК№014	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	60	5,3	5,9	24,6	172	0
Итого			445	12,7	14,6	58,9	417	0
Всего				38,2	43,8	180,7	1271	0

Повар

Трундукова Г.А.