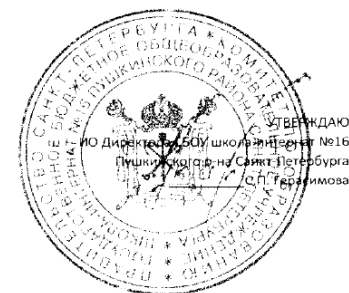


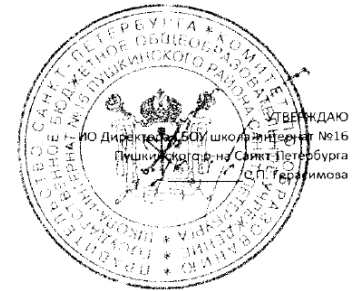
МЕНЮ
Воспитанники 7-11 лет
на понедельник
31 марта 2025 г.

Сбор- ник рецеп- ты	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
		ЗАВТРАК					
2008	189(ТТК 3176)	Каша пшенная жидкая	200	6	9	33	237
2008	432(ТТК 3177)	Кофейный напиток	200	5,5	2,5	13	97
2008	3(6)(ТТК 3520)	Бутерброд с сыром	60	6,8	7,5	23	181
К/К	ТТК 3180	Батон обогащенный микроэлементами, витаминами	15	0,9	0,3	8,7	42
К/К	ТТК 3179	Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	47
		ОБЕД					
2008	359(ТТК 3181)	Помидоры свежие	60	0,7	0,2	2,2	14
2008	84(ТТК 3525)	Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной	250	5,1	5,7	8,8	106
2008	315(ТТК 3556)	Биточки рубленые из птицы паровые	100	11	13	14	215
2008	332(ТТК 3182)	Макаронные изделия отварные с овощами	150	4,5	8	32	220
2008	401(ТТК 3183)	Компот из изюма	200	0,3	0,1	22	82
К/К	ТТК 3098	Батон обогащенный микроэлементами, витаминами	20	1,1	0,5	11,6	55
К/К	ТТК 3097	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микроэлементами	60	3,5	0,7	31,4	146
		ПОЛДНИК					
2008	442(ТТК 3099)	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0,2	19,8	86
2008	479(ТТК 3558)	Булочка творожная	75	7	5,5	36	222
К/К	ТТК 3515	Мандарин	150	1,2	0,3	11,2	52
		УЖИН					
2008	288(ТТК 3548)	Биточки паровые	90	12,2	11	10	187
2008	141(ТТК 3549)	Рагу из овощей	180	3	6	18,5	140
2008	430(ТТК 3133)	Чай с вареньем	200	0,2	0,1	11,1	43
К/К	ТТК 3103	Батон обогащенный микроэлементами, витаминами	20	1,1	0,5	11,6	55
К/К	ТТК 3102	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микроэлементами	20	1,2	0,2	10,5	49
Всего				72,7	71,7	338,2	2276

МЕНЮ
Воспитанники 12-18 лет
на понедельник
31 марта 2025 г.



Сбор- ник рецеп- ты	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
		ЗАВТРАК					
2008	189(ТТК 3949)	Каша пшенная жидкая	220	6,6	9,9	36,3	261
2008	432(ТТК 3950)	Кофейный напиток	200	5,5	2,5	13	96,5
2008	3(6)(ТТК 4010)	Бутерброд с сыром	60	6,8	7,5	23	181
К/К	ТТК 3952	Батон обогащенный микроэлементами, витаминами	50	3	1	29	140
К/К	ТТК 3951	Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	47
		ОБЕД					
2008	359(ТТК 3953)	Помидоры свежие	100	1,2	0,3	3,7	23
2008	84(ТТК 4015)	Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной	250	5	5,8	8,8	105,5
2008	315(ТТК 4038)	Биточки рубленые из птицы паровые	120	13,2	15,6	16,8	258
2008	332(ТТК 3954)	Макаронные изделия отварные с овощами	200	6	10,7	42,7	293
2008	401(ТТК 3955)	Компот из изюма	200	0,3	0,1	22	82
К/К	ТТК 3890	Батон обогащенный микроэлементами, витаминами	15	0,8	0,4	8,7	41
К/К	ТТК 3889	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микроэлементами	70	4,1	0,8	36,6	170
		ПОЛДНИК					
2008	442(ТТК 3891)	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0,2	19,8	86
2008	479(ТТК 4040)	Булочка творожная	100	9,3	7,3	48	295
К/К	ТТК 4008	Мандарин	150	1,2	0,3	11,2	52
		УЖИН					
2008	288(ТТК 4045)	Биточки паровые	120	15	13	12	220
2008	141(ТТК 4032)	Рагу из овощей	230	3,8	7,7	23,6	179
2008	430(ТТК 3919)	Чай с вареньем	200	0,2	0,1	11,1	43
К/К	ТТК 3893	Батон обогащенный микроэлементами, витаминами	20	1,1	0,5	11,6	55
К/К	ТТК 3892	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микроэлементами	30	1,7	0,4	15,7	73
Всего				86,2	84,5	403,4	2701



МЕНЮ
Сад 3-7 (12ч)
на понедельник
31 марта 2025 г.

Соор-ник рецеп-та	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
ЗАВТРАК							
2008	189(ТТК 4197)	Каша пшенная жидкая	165	5,7	5	27,4	177
2008	432(ТТК 4198)	Кофейный напиток	200	5,5	2,5	13	97
2008	3(6)(ТТК 4296)	Бутерброд с сыром	35	3,9	4,4	13,4	106
II ЗАВТРАК							
К/К	ТТК 4309	Яблоко свежее	200	0,8	0,8	19,6	89
ОБЕД							
2008	359(ТТК 4201)	Помидоры свежие	60	0,7	0,2	2,2	14
2008	84(ТТК 4354)	Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной	200	4,3	4,7	7,3	88
2008	315(ТТК 4286)	Биточки рубленые из птицы паровые	70	7,7	9,1	9,8	150
2008	209(ТТК 4325)	Макаронные изделия отварные	130	4,7	4	26,8	162
2008	401(ТТК 4340)	Компот из изюма	200	0,3	0,1	22	82
К/К	ТТК 4138	Батон обогащенный микроэлементами, витаминами	25	1,4	0,7	14,5	68
К/К	ТТК 4137	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микроэлементами	30	1,8	0,3	15,7	73
ПОЛДНИК							
2008	288(ТТК 4279)	Биточки паровые	70	9,5	8,5	7,8	146
2008	141(ТТК 4280)	Рагу из овощей	130	2,2	4,3	13,4	101
2008	430(ТТК 4167)	Чай с вареньем	200	0,2	0,1	11,1	43
К/К	ТТК 4140	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микроэлементами	20	1,2	0,2	10,5	49
2008	479(ТТК 4288)	Булочка творожная	70	6,6	5,2	33,6	207
Итого							
Всего				56,5	50,1	248,1	1652