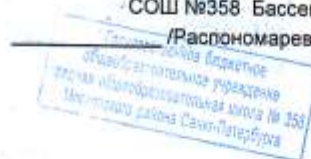


Утверждаю

Заведующий  
СОШ №358 Бассейная 12  
/Распономарева Н.И./

**МЕНЮ**  
24 апреля 2024 г.

Сад 12 часов



| Сборник рецептов  | № техн. карты | Наименование блюда                                    | Выход      | Химический состав |              |               | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
|                   |               |   |            | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |               |
| <b>Завтрак</b>    |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2012              | 3             | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                     | 35         | 4,16              | 8,46         | 12,26         | 84,57                         | 0,00          |
| 2008              | 189           | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                 | 205        | 6,16              | 7,75         | 29,60         | 212,17                        | 0,26          |
|                   | ТК№040        | ЧАЙ С МОЛОКОМ   | 180        | 3,03              | 3,16         | 11,38         | 86,41                         | 0,25          |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>420</b> | <b>13,35</b>      | <b>19,37</b> | <b>53,24</b>  | <b>383,15</b>                 | <b>0,51</b>   |
| <b>II Завтрак</b> |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
|                   |               | СОК ФРУКТОВЫЙ   | 176        | 0,85              | 0,17         | 17,29         | 78,74                         | 5,22          |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>176</b> | <b>0,85</b>       | <b>0,17</b>  | <b>17,29</b>  | <b>78,74</b>                  | <b>5,22</b>   |
| <b>Обед</b>       |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
|                   | ТК№015        | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ   | 54         | 0,38              | 0,00         | 1,30          | 7,00                          | 2,00          |
| 2012              | 77            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 200/10/5   | 6,66              | 3,13         | 12,28         | 106,58                        | 6,79          |
| 2012              | 34            | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ                           | 80         | 16,86             | 7,38         | 6,78          | 162,62                        | 12,14         |
| 2012              | 344           | РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)                            | 155        | 2,49              | 7,16         | 13,91         | 129,84                        | 9,55          |
| 2008              | 402           | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                           | 180        | 0,00              | 0,00         | 7,74          | 30,96                         | 0,00          |
|                   | ТК №003       | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                      | 35         | 2,04              | 0,24         | 12,72         | 61,20                         | 0,00          |
|                   | ТК №004       | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                     | 26         | 1,88              | 0,75         | 12,88         | 65,90                         | 0,00          |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>745</b> | <b>30,31</b>      | <b>16,66</b> | <b>67,61</b>  | <b>564,10</b>                 | <b>30,48</b>  |
| <b>Полдник</b>    |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2012              | 237           | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                                  | 110        | 19,66             | 10,00        | 17,89         | 245,53                        | 0,22          |
| 2008              | 367           | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)                               | 55         | 1,09              | 2,77         | 7,42          | 59,06                         | 0,07          |
| 2008              | 434           | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                      | 221        | 6,76              | 7,22         | 10,60         | 135,30                        | 0,56          |
|                   |               | МАНДАРИН СВЕЖИЙ                                       | 106        | 0,80              | 0,20         | 7,50          | 38,00                         | 15,20         |
| 2008              | 467           | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ                                      | 65         | 4,80              | 7,74         | 31,39         | 143,88                        | 0,00          |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>557</b> | <b>33,11</b>      | <b>27,93</b> | <b>74,80</b>  | <b>621,77</b>                 | <b>16,05</b>  |
| <b>Всего</b>      |               |   |            | <b>77,62</b>      | <b>66,13</b> | <b>212,94</b> | <b>1 647,76</b>               | <b>52,26</b>  |