

Утверждаю

Заведующий



Бассейная 12
Мареева Н.И./

МЕНЮ

2 сентября 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	3,73	4,72	8,05	71,30	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	8,42	9,40	37,49	268,69	0,32
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
Итого			433	12,27	14,12	54,06	375,99	1,42
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	153	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			153	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ	220/10/10	9,89	9,42	10,09	164,63	3,80
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	100	16,81	13,62	4,09	205,78	0,43
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	200	4,08	6,15	27,29	181,54	12,83
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			809	34,48	30,11	86,85	758,69	18,96
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	245	31,33	11,07	34,39	362,79	1,81
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	65	5,47	10,21	40,98	277,43	0,00
Итого			506	38,50	21,48	93,71	722,18	1,81
Всего				85,85	66,31	249,42	1 923,16	28,19