

Утверждаю



Заведующий
Бассейная 12
Распономарева Н.И./

МЕНЮ
16 мая 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	2,75	3,49	5,95	52,70	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,76	7,55	28,64	204,85	0,22
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	175	3,72	3,68	10,88	92,28	0,25
Итого			405	12,23	14,72	45,47	349,83	0,47
II Завтрак								
		СОК ФРУКТОВЫЙ	167	0,81	0,16	16,33	74,37	4,93
Итого			167	0,81	0,16	16,33	74,37	4,93
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	80	1,00	9,50	7,50	120,00	4,88
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,81	6,70	9,64	120,70	6,51
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	11,05	6,19	5,64	122,39	0,30
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	155	2,58	2,06	10,09	69,01	6,08
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/8	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			743	23,02	25,40	64,77	583,10	17,77
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	22,78	11,71	20,72	280,47	0,20
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	191	5,83	6,22	9,13	116,53	0,48
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	107	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	33	2,28	3,00	26,00	111,00	0,00
Итого			461	31,69	21,13	63,35	546,00	15,88
Всего				67,75	61,41	189,92	1 553,30	39,05