

Утверждаю



Заведующий  
Бассейная 12  
Решетко Н.И./

## МЕНЮ 21 мая 2024 г.

### Сад 12 часов

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		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	3,74	4,73	8,08	71,57	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,47	2,65	2,94	39,68	2,16
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,26	20,91	2,68	259,93	0,10
	TK№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,77	3,74	11,72	96,46	0,26
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>24,24</b>	<b>32,03</b>	<b>25,42</b>	<b>467,64</b>	<b>2,52</b>
<b>II Завтрак</b>								
	TK № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,60</b>	<b>0,50</b>	<b>15,50</b>	<b>70,50</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	55	0,49	0,06	4,49	47,08	1,71
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,50	4,50	4,00	165,00	4,40
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	13,51	8,87	12,30	183,23	0,42
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	155	2,45	5,71	15,91	124,24	6,73
	TK№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,44	0,10	18,97	79,23	0,00
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>719</b>	<b>25,97</b>	<b>20,19</b>	<b>79,17</b>	<b>715,78</b>	<b>13,26</b>
<b>Полдник</b>								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	160	2,31	2,10	10,29	92,40	6,20
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK№018	ПЕЧЕНЬЕ	44	3,80	5,00	43,20	223,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,09	0,04	8,20	34,10	0,20
	TK№005	ЙОГУРТ В ИНДУПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
<b>Итого</b>			<b>554</b>	<b>15,60</b>	<b>14,34</b>	<b>77,09</b>	<b>517,90</b>	<b>6,70</b>
<b>Всего</b>				<b>66,41</b>	<b>67,06</b>	<b>197,18</b>	<b>1 771,82</b>	<b>25,48</b>