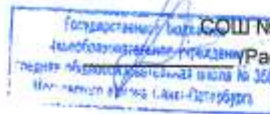


Утверждаю

Заведующий

№858 Бассейная 12

Распономарева Н.И./



МЕНЮ

22 мая 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,36	6,83	9,90	68,31	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,96	8,13	28,94	212,06	0,25
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,89	2,99	10,80	82,01	0,25
Итого			415	12,21	17,95	49,64	362,38	0,50
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								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,38	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ,	200/10/5	6,57	3,26	13,44	112,49	6,75
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	85	19,00	8,31	7,63	183,17	13,67
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-й ВАРИАНТ)	175	3,00	8,14	17,25	161,80	12,39
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,27	29,03	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,88	65,90	0,00
Итого			773	32,87	20,70	72,49	620,59	34,81
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	105	16,77	9,54	17,07	234,37	0,21
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	1,08	2,98	7,19	59,96	0,06
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	209	6,39	6,82	10,01	127,78	0,53
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	111	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	65	4,98	8,03	32,58	149,32	0,00
Итого			540	32,00	27,57	74,35	609,43	16,00
Всего				77,89	66,38	212,81	1 666,77	56,24