

Утверждаю

Заведующий

Бассейная 12

Респондент: Марева Н.И./



МЕНЮ

24 мая 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		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	45	2,11	3,11	23,42	100,68	2,66
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	4,90	9,62	30,09	226,99	0,23
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			436	7,01	12,73	61,91	361,67	2,89
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								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,94	3,39	4,68	53,35	2,22
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,70	7,50	13,10	121,20	5,30
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	75	13,13	6,17	2,67	118,70	0,41
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,04	3,43	19,59	123,02	0,00
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,14	0,11	9,80	41,12	0,70
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,74	12,77	65,34	0,00
Итого			721	27,51	21,54	73,21	573,73	8,63
Полдник								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	48	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	155	18,20	17,16	17,58	224,95	8,94
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,00	0,00	6,30	25,16	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	55	4,22	7,89	27,57	188,23	0,00
Итого			458	24,76	25,29	65,17	505,14	10,54
Всего				60,09	59,72	216,62	1 514,91	26,99