

Утверждаю

Заведующий



Чернышевского 10
Расп. номерева Н.И./

МЕНЮ
27 апреля 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	30	3,01	3,81	6,51	57,66	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	7,59	7,29	35,26	237,40	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/8/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
Итого			428	10,72	11,10	50,29	331,06	1,10
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	137	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			137	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 И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	5,00	7,70	11,00	179,00	3,20
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	12,62	10,97	3,54	163,18	0,27
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	3,03	4,49	19,77	132,49	9,12
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,80	96,84	0,90
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			716	24,35	24,08	79,69	681,41	14,49
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	185	19,23	23,76	33,18	423,18	0,67
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	6,00	24,02	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	4,75	2,58	17,74	113,52	0,02
Итого			432	25,68	26,54	67,52	611,72	0,69
Всего				61,35	62,32	212,30	1 690,49	22,28