

Утверждаю

Заведующий  
СОУ №358 Чернышевского 10  
Иркутской области  
Распономреда Н.И./  
Иркутская область Саяно-Патурская

**МЕНЮ**  
28 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>								
	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,10	8,35	12,10	83,49	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	4,97	7,07	29,31	201,11	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,76	2,87	10,33	78,49	0,01
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>11,83</b>	<b>18,29</b>	<b>51,74</b>	<b>363,09</b>	<b>0,01</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	179	0,90	0,18	18,13	82,56	13,28
<b>Итого</b>			<b>179</b>	<b>0,90</b>	<b>0,18</b>	<b>18,13</b>	<b>82,56</b>	<b>13,28</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	53	0,50	0,13	1,90	12,00	5,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	4,93	4,76	16,80	130,16	6,16
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	19,30	21,00	22,00	355,00	18,70
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>687</b>	<b>27,83</b>	<b>26,85</b>	<b>79,40</b>	<b>673,56</b>	<b>101,86</b>
<b>Полдник</b>								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	11,24	4,41	2,11	92,94	0,83
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	125	2,70	4,24	18,09	121,75	8,68
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	8,17	34,43	0,92
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,84	1,71	28,06	146,87	0,00
<b>Итого</b>			<b>442</b>	<b>19,87</b>	<b>10,57</b>	<b>62,83</b>	<b>426,99</b>	<b>10,43</b>
<b>Всего</b>				<b>60,43</b>	<b>55,89</b>	<b>212,10</b>	<b>1 546,20</b>	<b>125,58</b>