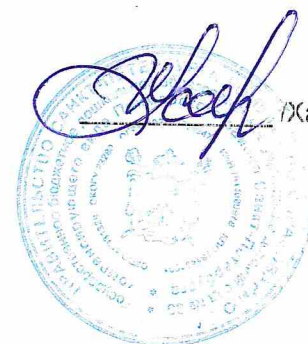


**МЕНЮ**

12 сентября 2024 г.

**Ранний возраст 12 часов**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1,73	3,95	18,63	115,96	4,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	6,20	10,04	21,34	202,96	0,31
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	5,85	6,02	15,70	141,10	0,46
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>13,78</b>	<b>20,01</b>	<b>56,17</b>	<b>460,02</b>	<b>4,77</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№006	БАНАН СВЕЖИЙ	101	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
<b>Итого</b>			<b>101</b>	<b>1,50</b>	<b>0,50</b>	<b>21,00</b>	<b>96,00</b>	<b>4,00</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№009	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,25	7,36	8,47	120,41	5,38
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	12,03	0,46	0,42	53,68	0,48
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,32	1,07	1,28	15,84	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,16	4,38	21,43	138,17	10,37
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
	ТК№007	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,47	0,67	10,27	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>635</b>	<b>22,90</b>	<b>14,08</b>	<b>58,17</b>	<b>455,70</b>	<b>17,93</b>
<b>Полдник</b>								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	175	14,15	14,13	12,79	238,53	17,27
	ТК№036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50	0,60
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	60	2,81	7,32	29,52	163,48	6,22
2008	435	РЯЖЕНКА	126	3,73	1,24	5,22	49,68	0,62
<b>Итого</b>			<b>527</b>	<b>21,79</b>	<b>22,91</b>	<b>72,03</b>	<b>556,19</b>	<b>24,71</b>
<b>Всего</b>				<b>59,97</b>	<b>57,50</b>	<b>207,37</b>	<b>1 567,91</b>	<b>51,41</b>

Медицинская сестра

Кузьмина Е.Н.