



# МЕНЮ

16 сентября 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,30	9,12	15,50	153,40	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	8,63	9,52	34,36	258,08	0,39
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	130	3,20	4,50	34,10	190,00	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
<b>Итого</b>			<b>438</b>	<b>11,05</b>	<b>18,64</b>	<b>58,38</b>	<b>447,48</b>	<b>1,49</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,87	44,20	4,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,87</b>	<b>44,20</b>	<b>4,00</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	35	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	4,12	4,66	7,60	88,90	3,19
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	12,98	12,02	3,50	174,02	0,38
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	80	23,34	20,03	0,39	274,80	0,18
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	160	3,16	5,28	20,73	143,88	9,59
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,07	0,07	7,48	31,24	0,70
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,90	15,45	78,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>745</b>	<b>24,66</b>	<b>23,13</b>	<b>66,24</b>	<b>574,14</b>	<b>14,81</b>
<b>Полдник</b>								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	20,02	18,53	33,54	204,20	1,40
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	55	7,45	4,41	27,02	177,97	0,05
<b>Итого</b>			<b>460</b>	<b>34,71</b>	<b>25,17</b>	<b>74,67</b>	<b>587,07</b>	<b>4,45</b>
<b>Всего</b>				<b>70,82</b>	<b>67,34</b>	<b>209,16</b>	<b>1 652,89</b>	<b>24,75</b>

Медицинская сестра

Кузьмина Е.Н.