



МЕНЮ

3 июля 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,72	2,67	28,68	161,25	0,51
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	150	8,38	2,19	37,98	204,86	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			415	10,42	6,05	52,56	290,65	1,01
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	200	1,02	0,06	35,33	146,76	0,32
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,93	0,88	19,41	97,97	9,05
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	150	2,94	5,15	23,77	153,47	12,00
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	1,70	2,51	12,25	80,88	6,59
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	150	2,94	5,15	23,77	153,47	12,00
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	1,40	0,96	2,68	25,06	1,18
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ (аллергии)	90	1,88	1,35	3,12	32,35	1,38
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,88	65,90	0,00
Итого			750	10,97	5,40	95,27	477,77	17,14
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,91	11,72	16,33	247,45	0,19
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ (аллергии)	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,90	2,30	6,50	39,00	0,10
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,00	4,00	9,80	98,90	1,10
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,51	1,24	35,86	172,27	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии)	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			510	30,12	19,46	75,99	595,62	16,59
Всего				51,51	30,91	223,82	1 364,04	34,74