



МЕНЮ

6 мая 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		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,27	0,47	16,26	73,27	4,41
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	7,08	3,40	34,80	198,81	0,51
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			415	11,15	6,27	63,76	356,08	5,42
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	2,02	3,79	14,42	100,11	3,07
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	11,17	1,58	6,04	82,83	0,24
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	2,65	0,76	11,45	64,10	8,51
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	180	3,49	0,70	28,46	134,44	14,40
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,12	0,11	13,86	46,39	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			700	19,54	7,19	69,27	410,43	11,82
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70	1,79	0,35	10,36	51,81	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,93	0,89	19,51	98,41	9,15
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (аллергии)	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008*	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,04	2,35	28,72	151,93	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии)	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД. УПАК	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			565	18,80	8,32	77,20	563,55	12,45
Всего				49,49	21,78	210,23	1 330,06	29,69