



# МЕНЮ

15 апреля 2024 г.  
Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	<b>БУТЕРБРОД С МАСЛОМ</b> (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микронутриентами)	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	<b>КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ</b> (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	205	7,20	8,30	35,00	262,40	0,50
	ТК№038	<b>ЧАЙ С ЛИМОНОМ</b> (чай черный байховый, лимон, сахар песок, вода питьевая)	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
<b>Итого</b>			<b>428</b>	<b>10,56</b>	<b>12,40</b>	<b>50,52</b>	<b>360,40</b>	<b>1,60</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК №010	<b>ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ</b> (яблоки)	150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,60</b>	<b>0,60</b>	<b>14,80</b>	<b>66,30</b>	<b>6,00</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№017	<b>ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ</b> (огурцы соленые)	49	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ</b> (картофель продовольственный поздний, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, мука пшеничная высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), говядина б/к, петрушка (зелень))	200/10/10	5,00	7,70	11,00	179,00	3,20
2012	268	<b>СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ</b> (рыба треска филе, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	80	6,16	6,46	3,33	126,25	0,40
2012	322	<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ</b> (картофель продовольственный поздний, морковь, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	150	3,00	4,80	19,50	134,30	9,00
	ТК№039	<b>НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ</b> (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
	ТК №003	<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b> (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>704</b>	<b>16,36</b>	<b>19,28</b>	<b>68,91</b>	<b>593,89</b>	<b>14,50</b>
<b>Полдник</b>								
2012	304	<b>ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ</b> (грудки кур замороженные, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, соль йодированная)	200	20,00	18,50	33,50	204,00	1,40
	ТК №003	<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b> (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№022	<b>НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ</b> (напиток витаминизированный (концентрат), вода питьевая)	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
	ТК №004	<b>БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ</b> (батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микронутриентами)	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>28,74</b>	<b>21,33</b>	<b>57,91</b>	<b>461,30</b>	<b>4,40</b>
<b>Всего</b>				<b>56,26</b>	<b>53,61</b>	<b>192,14</b>	<b>1 481,89</b>	<b>26,50</b>

Повар Рач

ДЯКИНА Г.Н.