



# МЕНЮ

2 мая 2024 г.  
Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ 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	3,21	4,06	6,93	61,38	0,00
2008	189	<b>КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ</b> (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
	ТК№043	<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b> (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,80	3,20	15,60	107,00	0,60
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>13,01</b>	<b>15,26</b>	<b>49,53</b>	<b>371,38</b>	<b>1,10</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	<b>СОК ЯБЛОЧНЫЙ</b> (соки фруктовые прямого отжима яблоко)	178	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
<b>Итого</b>			<b>178</b>	<b>0,96</b>	<b>0,24</b>	<b>17,80</b>	<b>78,00</b>	<b>1,44</b>
<b>Обед</b>								
2008	43	<b>САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ</b> (картофель продовольственный поздний, лук зеленый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	50	0,79	7,52	5,94	95,04	3,86
2012	57	<b>БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ</b> (свекла, капуста белокачанная свежая, картофель продовольственный поздний, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, говядина бл, сметана 15% жирности, соль йодированная)	200/10/5	5,60	8,30	10,30	141,00	5,10
2012	269	<b>ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ</b> (рыба треска филе, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая)	80	10,10	5,30	20,10	165,00	0,40
2008	129	<b>ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ</b> (морковь, репа, горошек зеленый консервы, капуста белокачанная свежая, сахар песок, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	2,48	1,98	9,70	66,33	5,84
2012	392	<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	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 №004	<b>БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ</b> (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>731</b>	<b>22,55</b>	<b>24,05</b>	<b>77,94</b>	<b>618,37</b>	<b>15,20</b>
<b>Полдник</b>								
2008	224	<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА</b> (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, сметана 15% жирности)	130	23,01	11,83	20,93	283,30	0,20
2008	434	<b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ</b> (молоко пастер. 2,5% жирности)	199	5,94	3,96	9,70	97,91	1,09
	ТК№018	<b>ПЕЧЕНЬЕ</b> (печенье витаминизированное)	30	2,28	3,00	26,00	111,00	0,00
		<b>МАНДАРИН СВЕЖИЙ</b> (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
<b>Итого</b>			<b>459</b>	<b>32,03</b>	<b>18,99</b>	<b>64,13</b>	<b>530,21</b>	<b>16,49</b>
<b>Всего</b>				<b>68,55</b>	<b>58,54</b>	<b>209,40</b>	<b>1 597,96</b>	<b>34,23</b>

Повар

ДЯКИНА Г.Н.