

# МЕНЮ

6 мая 2024 г.  
Сад 12 часов



Сбор-ник реце-птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	<b>БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ</b> (джем, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	1,37	2,06	15,48	66,64	1,76
2008	189	<b>КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ</b> (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	205	7,20	8,30	35,00	226,40	0,50
	ТК№028	<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ</b> (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>11,37</b>	<b>12,76</b>	<b>63,18</b>	<b>377,04</b>	<b>2,76</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	<b>СОК ПЕРСИКОВЫЙ</b> (соки фруктовые прямого отжима персик)	182	0,96	0,24	17,80	78,00	4,30
<b>Итого</b>			<b>182</b>	<b>0,96</b>	<b>0,24</b>	<b>17,80</b>	<b>78,00</b>	<b>4,30</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№015	<b>ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ</b> (огурцы грунтовые)	50	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ</b> (картофель продовольственный поздний, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, соль йодированная)	200/10	3,60	4,50	20,00	147,00	3,10
2012	263	<b>ФРИКАДЕЛКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ</b> (рыба треска филе, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная)	80	8,50	16,10	7,90	161,30	0,20
2008	338	<b>ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ</b> (морковь, картофель продовольственный поздний, горошек зеленый консервы, капуста белокачанная свежая, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сахар песок)	130	1,84	0,10	8,50	75,20	8,50
	ТК№042	<b>КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК</b> (яблоки, сахар песок, крахмал картофельный, лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,12	0,12	22,70	105,40	1,10
	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>700</b>	<b>18,04</b>	<b>21,77</b>	<b>83,90</b>	<b>612,90</b>	<b>14,90</b>
<b>Полдник</b>								
2012	282	<b>КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)</b> (говядина б/к, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, вода питьевая, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	70	12,50	12,60	10,20	104,00	0,00
2008	125	<b>КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ</b> (картофель продовольственный поздний, морковь, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	150	2,90	2,50	19,60	99,30	9,20
	ТК №003	<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b> (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	15	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	464	<b>СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ</b> (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи хлебопекарные сухие, вода питьевая)	50	3,80	7,10	24,80	103,00	0,00
	ТК№022	<b>НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ</b> (напиток витаминизированный (концентрат), вода питьевая)	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
<b>Итого</b>			<b>465</b>	<b>26,44</b>	<b>24,43</b>	<b>68,71</b>	<b>511,20</b>	<b>12,20</b>
<b>Всего</b>				<b>56,81</b>	<b>59,20</b>	<b>233,59</b>	<b>1 579,14</b>	<b>34,16</b>

Повар

*Рез*

ДЯКИНА Г.Н.