

**МЕНЮ**  
**25 июля 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><br>(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><br>(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><br>(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><br>(сок 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><br>(картофель ранний, лук зеленый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)   | 50         | 0,80              | 7,60         | 6,00          | 96,00                         | 3,90           |
| 2012              | 57            | <b>БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ</b><br>(свекла, капуста белокочанная, картофель ранний, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, говядина б/к, 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><br>(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><br>(морковь, горошек зеленый консервы, капуста белокочанная, сахар песок, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)  | 150        | 2,50              | 2,00         | 9,80          | 67,00                         | 5,90           |
| 2012              | 392           | <b>ЧАЙ С САХАРОМ</b><br>(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><br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)   | 25         | 1,70              | 0,20         | 10,60         | 51,00                         | 0,00           |
|                   | ТК №004       | <b>БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ</b><br>(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>22,58</b>      | <b>24,15</b> | <b>78,10</b>  | <b>620,00</b>                 | <b>15,30</b>   |
| <b>Полдник</b>    |               |  |            |                   |              |               |                               |                |
| 2008              | 224           | <b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА</b><br>(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><br>(молоко пастер. 2,5% жирности)  | 201        | 6,00              | 4,00         | 9,80          | 98,90                         | 1,10           |
|                   |               | <b>МАНДАРИН СВЕЖИЙ</b><br>(мандарин)   | 101        | 0,80              | 0,20         | 7,50          | 38,00                         | 15,20          |
|                   | ТК№018        | <b>ПЕЧЕНЬЕ</b><br>(печенье витаминизированное)   | 30         | 2,28              | 3,00         | 26,00         | 111,00                        | 0,00           |
| <b>Итого</b>      |               |  | <b>462</b> | <b>32,09</b>      | <b>19,03</b> | <b>64,23</b>  | <b>531,20</b>                 | <b>16,50</b>   |
| <b>Всего</b>      |               |  |            | <b>68,64</b>      | <b>58,68</b> | <b>209,66</b> | <b>1 600,58</b>               | <b>34,34</b>   |

Повар

Дякина Г.Н.