

Утверждаю



МЕНЮ

5 декабря 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		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	190	6,2	9	22,6	195	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,2	7,4	59	0,5
Итого			400	12,2	15,3	37	316	0,5
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	180	5,2	4,5	7,2	95	1,3
Итого			180	5,2	4,5	7,2	95	1,3
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,5	0,1	1	8	3
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	4,2	6	7,9	102	6
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	70	1,7	2,8	4,4	38	0,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	4,2	21,1	134	10,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,4	0,1	21,4	88	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			710	13,6	14,2	79,3	487	19,8
Полдник								
2008	283	ТЕФТЕЛИ (1-й ВАРИАНТ) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	50/25	7,1	7,3	9	118	2,6
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	4,9	3,7	30	174	0
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В АССОРТИМЕНТЕ	180					0
		ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100					0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,9	13,6		0
Итого			500	13,9	11,9	52,6	292	2,6
Всего				44,9	45,9	176,1	1190	24,2