



## МЕНЮ

28 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               | 3             | <b>БУТЕРБРОД С СЫРОМ</b><br>(сыр полутвердый в ассортименте, батон нарезной пшен.мука высш. сорт обог. микронутриентами)   | 30         | 3,39              | 6,90         | 10,00         | 69,00                           | 0,00           |
| 2008               | 189           | <b>КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ</b><br>(крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2.5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)  | 205        | 5,07              | 8,10         | 27,90         | 205,00                          | 0,50           |
|                    | ТК№040        | <b>ЧАЙ С МОЛОКОМ</b><br>(чай черный байховый, сахар песок, молоко пастер. 2.5% жирности, вода питьевая)  | 180        | 3,20              | 2,80         | 13,60         | 77,00                           | 0,50           |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>415</b> | <b>11,66</b>      | <b>17,80</b> | <b>51,50</b>  | <b>351,00</b>                   | <b>1,00</b>    |
| <b>II Завтрак</b>  |               |  |            |                   |              |               |                                 |                |
| 2008               | 442           | <b>СОК ПЕРСИКОВЫЙ</b><br>(сок прямого отжима персик)   | 181        | 0,96              | 0,24         | 17,80         | 78,00                           | 4,30           |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>181</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№014        | <b>ПОМИДОР СВЕЖИЙ</b><br>(томаты грунтовые)  | 52         | 0,50              | 0,13         | 1,90          | 12,00                           | 5,00           |
| 2012               | 82            | <b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ</b><br>(картофель поздний, макаронные изделия высш. сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, грудки кур замороженные, петрушка (зелень)) | 200/10/1   | 4,20              | 5,20         | 6,60          | 118,00                          | 6,80           |
| 2012               | 294           | <b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ</b><br>(говяжья печень, крупа рисовая, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)   | 205        | 19,69             | 21,42        | 22,44         | 362,10                          | 19,07          |
| 2008               | 441           | <b>НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА</b><br>(шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)   | 180        | 0,60              | 0,24         | 22,00         | 93,00                           | 72,00          |
|                    | ТК №003       | <b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b><br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)   | 15         | 1,00              | 0,12         | 6,40          | 31,00                           | 0,00           |
|                    | ТК №004       | <b>БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ</b><br>(батон нарезной пшен.мука высш. сорт обог. микронутриентами)   | 20         | 1,50              | 0,60         | 10,30         | 52,40                           | 0,00           |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>683</b> | <b>27,49</b>      | <b>27,71</b> | <b>69,64</b>  | <b>668,50</b>                   | <b>102,87</b>  |
| <b>Полдник</b>     |               |  |            |                   |              |               |                                 |                |
| 2012               | 246           | <b>РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ</b><br>(рыба треска филе, молоко пастер. 2.5% жирности, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)   | 70         | 8,30              | 0,46         | 0,30          | 144,40                          | 0,90           |
| 2008               | 335           | <b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b><br>(картофель поздний, молоко пастер. 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)   | 130        | 2,70              | 4,60         | 17,50         | 119,40                          | 9,00           |
|                    | ТК№048        | <b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК</b><br>(яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)  | 180        | 0,12              | 0,12         | 21,72         | 88,20                           | 1,40           |
|                    | ТК №003       | <b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b><br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)   | 15         | 1,00              | 0,12         | 6,40          | 31,00                           | 0,00           |
| 2008               | 477           | <b>БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ</b><br>(мука пшеничная высш. сорт, дрожжи хлебопекарные сушеные, молоко пастер. 2.5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)   | 50         | 4,30              | 0,90         | 25,90         | 130,00                          | 0,10           |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>445</b> | <b>16,42</b>      | <b>6,20</b>  | <b>71,82</b>  | <b>513,00</b>                   | <b>11,40</b>   |
| <b>Всего</b>       |               |  |            | <b>56,53</b>      | <b>51,95</b> | <b>210,76</b> | <b>1 610,50</b>                 | <b>119,57</b>  |

Повар

Дякина Г.Н.