

# МЕНЮ

16 апреля 2024 г.

## Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	5,4	7,7	10,3	110	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	4,9	6,8	24,8	173	0,6
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,8	2,3	4,4	49	0,5
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>13,1</b>	<b>16,8</b>	<b>39,5</b>	<b>332</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	1	0,2	19,8	90	3,9
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>19,8</b>	<b>90</b>	<b>3,9</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,5	0,1	1,9	12	0
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	4,9	4,2	17,1	126	6,6
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	24,3	8,9	21,1	283	18,4
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,7	0,3	8,6	50	78,4
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
<b>Итого</b>			<b>676</b>	<b>32,9</b>	<b>14,2</b>	<b>65,4</b>	<b>554</b>	<b>103,4</b>
<b>Полдник</b>								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	0,8	4,1	2	43	0,7
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,3	18,5	113	9
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	2,8	13	1,3
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,8	1,4	26	133	0,1
<b>Итого</b>			<b>445</b>	<b>9,4</b>	<b>10</b>	<b>55,7</b>	<b>333</b>	<b>11,1</b>
<b>Всего</b>				<b>56,4</b>	<b>41,2</b>	<b>180,4</b>	<b>1309</b>	<b>119,5</b>