

# МЕНЮ

18 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-воды, г |                               |                |
| <b>Завтрак</b>     |               |  |            |                   |             |              |                               |                |
| 2012               | 1             | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                 | 30         | 1,6               | 9,2         | 10,3         | 121                           | 0              |
| 2008               | 189           | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ              | 205        | 5,8               | 6,8         | 24           | 171                           | 0,6            |
|                    | ТК№043        | КАКАО С МОЛОКОМ                                    | 180        | 3,9               | 3,2         | 5,6          | 66                            | 0,6            |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>415</b> | <b>11,3</b>       | <b>19,2</b> | <b>39,9</b>  | <b>358</b>                    | <b>1,2</b>     |
| <b>II Завтрак</b>  |               |  |            |                   |             |              |                               |                |
| 2008               | 442           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                       | 180        | 1                 | 0,2         | 17,8         | 78                            | 0              |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>180</b> | <b>1</b>          | <b>0,2</b>  | <b>17,8</b>  | <b>78</b>                     | <b>0</b>       |
| <b>Обед</b>        |               |  |            |                   |             |              |                               |                |
| 2008               | 43            | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ                                 | 50         | 0,9               | 7,3         | 6,1          | 88                            | 3,9            |
| 2012               | 57            | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 200/10/5   | 4,3               | 5,5         | 7,4          | 98                            | 6,7            |
| 2012               | 269           | ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ                           | 80         | 1,6               | 6,5         | 6,2          | 81                            | 0,2            |
| 2008               | 129           | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ               | 150        | 2,8               | 1,7         | 9,8          | 67                            | 8,6            |
| 2012               | 392           | ЧАЙ С САХАРОМ                                      | 180/6      | 0,1               |             | 0,2          | 1                             | 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              |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>731</b> | <b>13,3</b>       | <b>22</b>   | <b>53,2</b>  | <b>452</b>                    | <b>19,4</b>    |
| <b>Полдник</b>     |               |  |            |                   |             |              |                               |                |
| 2008               | 224           | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                               | 130        | 21,9              | 14,3        | 11,5         | 274                           | 0,2            |
| 2008               | 434           | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                   | 200        | 6                 | 4           | 9,8          | 99                            | 0              |
|                    |               | МАНДАРИН СВЕЖИЙ                                    | 100        | 0,8               | 0,2         | 7,5          | 38                            | 0              |
|                    | ТК№018        | ПЕЧЕНЬЕ  | 30         | 2,3               | 3           | 26           | 111                           | 0              |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>460</b> | <b>31</b>         | <b>21,5</b> | <b>54,8</b>  | <b>522</b>                    | <b>0,2</b>     |
| <b>Всего</b>       |               |  |            | <b>56,6</b>       | <b>62,9</b> | <b>165,7</b> | <b>1410</b>                   | <b>20,8</b>    |