



# МЕНЮ

31 мая 2024 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	4	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,92	6,34	19,72	156,35	0,54
2010		ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ	180	3,31	3,53	15,07	106,23	0,61
	49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30	3,85	1,35	26,90	137,50	0,00
2017	76	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,09	6,65	0,13	60,69	0,00
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>12,17</b>	<b>17,87</b>	<b>61,82</b>	<b>460,77</b>	<b>1,15</b>
<b>II Завтрак</b>								
	80	СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ 1,0 л	150	0,42	0,08	8,22	35,69	1,66
		СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ 0,2 л	200	0,18	0,04	3,54	16,10	0,70
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>0,60</b>	<b>0,12</b>	<b>11,76</b>	<b>51,79</b>	<b>2,36</b>
<b>Обед</b>								
	33	ТУШЕНЫЙ ЗЕЛЕНый ГОРОШЕК	30	0,81	2,96	1,68	36,51	1,07
	59	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	6,23	2,68	16,95	117,01	0,33
	14	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ (аллергики)	200	4,20	4,09	17,33	112,76	0,33
	39	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ ПОДОМАШНЕМУ	180	11,31	16,57	21,75	249,30	0,82
	97	НАПИТОК ГРУШЕВЫЙ	180	0,10	0,00	13,30	54,00	0,30
	26	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	1,63	0,30	9,79	48,95	0,00
<b>Итого</b>			<b>625</b>	<b>20,08</b>	<b>22,51</b>	<b>63,47</b>	<b>505,77</b>	<b>2,52</b>
<b>Полдник</b>								
2010	57	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК "СНЕЖОК"	180	5,49	5,08	21,96	160,63	1,83
	66	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	80	10,54	5,32	41,11	253,89	0,18
<b>Итого</b>			<b>260</b>	<b>16,03</b>	<b>10,40</b>	<b>63,07</b>	<b>414,52</b>	<b>2,01</b>
<b>Всего</b>				<b>48,88</b>	<b>50,90</b>	<b>200,12</b>	<b>1 432,85</b>	<b>8,04</b>

Старшая медицинская сестра

Белянина Е.П.