

Утверждаю

Заведующий
Д/С№45 Красн. р-н
/Сергеева Н.В./

МЕНЮ

17 апреля 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 40 | 4,32 | 5,50 | 9,30 | 82,70 | 0,00 |
| 2008 | 189 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 205 | 5,07 | 8,10 | 27,90 | 225,00 | 0,50 |
| 2008 | 189 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики) | 205 | 2,05 | 4,30 | 25,20 | 147,59 | 0,00 |
| | ТК№035 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180/6 | 0,00 | 0,00 | 8,40 | 34,00 | 0,00 |
| Итого | | | 431 | 9,39 | 13,60 | 45,60 | 341,70 | 0,50 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ | 180 | 0,96 | 0,24 | 17,80 | 78,00 | 4,30 |
| Итого | | | 180 | 0,96 | 0,24 | 17,80 | 78,00 | 4,30 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 50 | 0,80 | 2,90 | 4,00 | 45,60 | 1,90 |
| 2012 | 73 | РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 200/10/5 | 5,70 | 7,50 | 13,10 | 154,20 | 5,30 |
| 2012 | 73 | РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ (аллергики) | 200/10/5 | 4,27 | 6,63 | 10,32 | 118,39 | 5,36 |
| 2012 | 310 | СУФЛЕ КУРИНОЕ | 70 | 10,40 | 4,00 | 9,30 | 135,30 | 0,50 |
| 2008 | 272 | КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики) | 70 | 9,36 | 12,25 | 0,00 | 147,42 | 0,00 |
| 2012 | 205 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 4,00 | 3,40 | 19,40 | 121,80 | 0,00 |
| 2008 | 123 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики) | 150 | 2,88 | 0,58 | 22,77 | 108,10 | 20,70 |
| | 047 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ | 180 | 0,12 | 0,12 | 21,72 | 88,20 | 0,70 |
| | ТК №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,00 | 0,12 | 6,40 | 31,00 | 0,00 |
| | ТК№004 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 25 | 1,88 | 0,75 | 12,90 | 66,00 | 0,00 |
| Итого | | | 705 | 23,90 | 18,79 | 86,82 | 642,10 | 8,40 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР | 200 | 3,30 | 0,30 | 8,00 | 62,00 | 0,60 |
| 2008 | 464 | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ | 70 | 5,04 | 2,94 | 37,24 | 230,00 | 0,00 |
| Итого | | | 270 | 8,34 | 3,24 | 45,24 | 292,00 | 0,60 |
| Всего | | | | 42,59 | 35,87 | 195,46 | 1 353,80 | 13,80 |