

МЕНЮ
26 декабря 2024 г.**Сад 12 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189/32	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
2008	323/76 (А)	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	200	12,22	9,01	55,39	351,08	0,00
2008	ТК№433 /14	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,38	2,85	13,88	95,23	0,53
2004	685/6 (А)	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	175	0,19	0,00	11,06	44,98	0,04
Итого			395	12,62	14,95	47,88	360,23	1,03
II Завтрак								
2008	442/22	СОК ЯБЛОЧНЫЙ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	178	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
2004	685/6 (А)	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	175	0,19	0,00	11,06	44,98	0,04
Итого			178	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
Обед								
2008	43/46	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,82	7,83	6,18	98,88	4,02
2012	269/78	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	10,00	5,25	19,90	163,35	0,40
2008	272 /65 (А)	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергики)	40	6,30	7,10	6,00	113,50	0,00
2012	57/44	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,08	5,79	8,45	104,46	5,46
2012	57/44 (А)	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (аллергики)	200/10/5	1,27	2,86	8,31	64,51	5,46
2008	129/55	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	145	2,45	1,96	9,60	65,66	5,78
2008	333/75 (А)	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	145	2,88	4,84	23,46	149,21	11,87
2012	392/6	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2022	ТК №19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2022	ТК №20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			729	20,93	21,78	76,03	583,35	15,66
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	22,78	11,71	20,72	280,47	0,20
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	163	4,92	3,28	8,04	81,10	0,90
2004	685 (А)	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	175	0,19	0,00	11,06	44,98	0,04
2022	006	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	98	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2022	002	ГРУША (аллергики)	90	0,36	0,27	9,27	42,30	4,50
2022	ТК№008	ПЕЧЕНЬЕ	35	2,28	3,00	26,00	111,00	0,00
Итого			426	30,78	18,19	62,26	510,57	16,30
Всего				65,29	55,16	203,97	1 532,15	34,43

повар

Прудникова О.П.