



## МЕНЮ

18 марта 2025 г.

Сад 12 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>								
	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,8	3,6	10,3	89	0,1
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	4,9	6,8	30,7	204	0,5
	2	каша гречневая (аллергики)	200/10	3,6	1	22,3	112	0
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,5	2,1	10,2	71	0,5
	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	195	0,1		13,9	56	0
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>11,2</b>	<b>12,5</b>	<b>51,2</b>	<b>364</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	181	0,9	0,2	18,3	78	3,6
<b>Итого</b>			<b>181</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>18,3</b>	<b>78</b>	<b>3,6</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	49	0,5	0,1	1,9	12	12,3
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	4,4	4,3	16	121	6,3
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	185	24,7	8,6	22,7	292	17,4
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,5	0,2	15,3	74	56,7
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,2	30	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
<b>Итого</b>			<b>660</b>	<b>32,6</b>	<b>13,9</b>	<b>72,4</b>	<b>581</b>	<b>92,7</b>
<b>Полдник</b>								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	10,7	4,6	2	91	0,8
	5	мясо отварное (аллергики)	60/10	11,4	9,8		134	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,6	4,4	17,3	119	8,4
	3	картофельное пюре (аллергики)	140	2,7	0,6	22,2	105	11,2
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	8,8	38	1,2
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,2	30	0
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	5	1,6	28,3	147	0,1
<b>Итого</b>			<b>435</b>	<b>19,4</b>	<b>10,8</b>	<b>62,6</b>	<b>425</b>	<b>10,5</b>
<b>Всего</b>				<b>64,1</b>	<b>37,4</b>	<b>204,5</b>	<b>1448</b>	<b>107,9</b>

старшая медсестра \_\_\_\_\_

Рохмина И.Д.