

**МЕНЮ**

10 января 2023 г.

**Сад 12 часов**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,4	6,9	10	69	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,1	8,1	27,9	205	1,3
	ТК№- 040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	77	0,2
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>11,7</b>	<b>17,8</b>	<b>51,5</b>	<b>351</b>	<b>1,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	174	0,9	0,2	17,6	75	3,5
<b>Итого</b>			<b>174</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,6</b>	<b>75</b>	<b>3,5</b>
<b>Обед</b>								
2008	ТК№- 51	*ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0,7	5	3,3	62	0
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	7,1	6	17,1	151	6,9
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50/50	12,9	7,5	0,4	137	10,2
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,4	6,2	38	241	0
	ТК№- 041	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,7	0,3	27,7	130	95,6
	ТК№- 003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
	ТК№- 012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
<b>Итого</b>			<b>726</b>	<b>32,3</b>	<b>25,7</b>	<b>103,2</b>	<b>804</b>	<b>112,7</b>
<b>Полдник</b>								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	10,7	4,6	2,2	92	0,9
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,6	17,5	119	9,02
	ТК№- 048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	21,7	88	1,6
	ТК№- 003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,3	0,9	25,9	130	0
<b>Итого</b>			<b>445</b>	<b>18,8</b>	<b>10,3</b>	<b>73,7</b>	<b>460</b>	<b>11,52</b>
<b>Всего</b>				<b>63,7</b>	<b>54</b>	<b>246</b>	<b>1690</b>	<b>129,22</b>