

**МЕНЮ**  
**25 июня 2024 г.**  
**Сад 12 часов**

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ <small>(сыр российский, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)</small>	30	3,4	6,9	10	69	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ <small>(крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)</small>	205	5,1	8,1	27,9	205	0,5
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ <small>(чай черный байховый, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)</small>	180	3,2	2,8	13,6	77	0,5
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>11,7</b>	<b>17,8</b>	<b>51,5</b>	<b>351</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ <small>(сок яблочный)</small>	171	0,9	0,2	17,3	74	3,4
<b>Итого</b>			<b>171</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,3</b>	<b>74</b>	<b>3,4</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ <small>(томаты грунтовые)</small>	48	0,5	0,1	1,9	12	5
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ <small>(картофель, макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, куриная грудка филе, петрушка (зелень))</small>	200/10/1	5,4	5,3	17,5	140	6,8
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ <small>(говяжья печень, крупа рисовая, вода питьевая, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)</small>	205	27,2	9	21,9	305	19,7
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА <small>(шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)</small>	180	0,6	0,2	22	93	72
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)</small>	19	1	0,1	6,4	31	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)</small>	19	1,5	0,6	10,3	52	0
<b>Итого</b>			<b>682</b>	<b>36,2</b>	<b>15,3</b>	<b>80</b>	<b>633</b>	<b>103,5</b>
<b>Полдник</b>								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ <small>(рыба треска филе, молоко пастер. 2,5% жирности, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)</small>	70	8,3	0,5	0,3	144	0,9
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ <small>(картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)</small>	130	2,7	4,6	17,5	119	9
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК <small>(яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)</small>	180	0,1	0,1	21,7	88	1,4
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)</small>	19	1	0,1	6,4	31	0
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ <small>(мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)</small>	50	4,3	0,9	25,9	130	0,1
<b>Итого</b>			<b>449</b>	<b>16,4</b>	<b>6,2</b>	<b>71,8</b>	<b>512</b>	<b>11,4</b>
<b>Всего</b>				<b>65,2</b>	<b>39,5</b>	<b>220,6</b>	<b>1570</b>	<b>119,3</b>