

**МЕНЮ****1-й день****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		
Завтрак								
2011	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	150	5,85	13,25	29,15	259,70	0,43
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,13	0,00	6,08	24,84	0,03
2024	ТК № 1	БАНАН СВЕЖИЙ	109	1,64	0,55	22,99	105,08	10,95
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25	3,75	3,93	6,54	77,26	0,08
Итого			464	11,37	17,73	64,76	466,88	11,49
II Завтрак								
2024	ТК№2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	200	5,60	5,00	9,02	113,02	0,00
Итого			200	5,60	5,00	9,02	113,02	0,00
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	50	0,83	3,13	3,98	48,77	14,31
2024	ТК № 3	БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЯЙЦОМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	205/10/20	6,14	5,87	0,63	79,91	0,84
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	80	8,69	2,95	1,68	68,19	0,75
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	135	0,87	5,54	2,73	64,70	0,65
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	200	0,09	0,06	31,28	123,46	0,24
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	44	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			760	20,82	18,59	67,99	521,92	16,79
Полдник								
2024	ТК № 6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	190	29,23	17,27	27,72	394,97	0,32
2012	361	СОУС КЛЮКВЕННЫЙ	30	0,09	0,04	4,32	19,56	1,07
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	168	0,84	0,17	17,00	72,40	3,37
2024	ТК № 7	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			413	33,16	18,64	69,60	591,73	4,76
Всего				68,15	57,46	206,86	1 637,04	33,74

Повар

Жук Е.В.