

**МЕНЮ**

25 декабря 2024 г.

**Сад 12 часов(vs)**

Сборник 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	40	4,53	4,00	93,34	92,03	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5,28	7,04	23,76	176,77	0,44
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	73,00	0,50
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>12,61</b>	<b>13,44</b>	<b>129,80</b>	<b>341,80</b>	<b>0,94</b>
<b>II Завтрак</b>								
		ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	125	3,40	3,04	5,47	84,88	0,35
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>3,40</b>	<b>3,04</b>	<b>5,47</b>	<b>84,88</b>	<b>0,35</b>
<b>Обед</b>								
	ТК № 014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,50	0,13	1,90	12,00	5,00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	1,75	3,37	9,99	82,95	7,11
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	70	5,00	0,50	0,00	148,00	0,50
2008	378	СОУС ПОЛЬСКИЙ ТК № 378	20	0,88	12,28	0,20	163,00	0,80
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,81	4,32	18,47	123,00	8,86
		СОК ИЗ ФРУКТОВ И ОВОЩЕЙ ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,00	0,00	0,00	50,00	24,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,88	53,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>725</b>	<b>14,86</b>	<b>21,59</b>	<b>56,16</b>	<b>693,15</b>	<b>46,27</b>
<b>Полдник уплотнённый</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	150/13	11,55	13,50	24,15	299,00	0,30
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,00	4,00	9,80	115,00	1,10
2008		ПРЯНИКИ	30	0,00	0,00	0,00	80,00	0,00
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ	80	0,32	0,27	8,33	31,00	1,61
<b>Итого</b>			<b>473</b>	<b>17,87</b>	<b>17,77</b>	<b>42,28</b>	<b>525,00</b>	<b>3,01</b>
<b>Всего</b>				<b>48,74</b>	<b>55,84</b>	<b>233,71</b>	<b>1 644,83</b>	<b>50,57</b>