

# МЕНЮ

23 декабря 2024 г.

## Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,8	8,3	11,6	120	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	8,3	7,1	33,5	223	0,6
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,2		0,4	3	1,1
<b>Итого</b>			<b>428</b>	<b>10,3</b>	<b>15,4</b>	<b>45,5</b>	<b>346</b>	<b>1,7</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	120	0,5	0,5	11,8	53	0
<b>Итого</b>			<b>120</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>11,8</b>	<b>53</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4		0,9	7	0
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	3,9	3,8	7,8	82	4
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	2	10,7	3,3	107	0,1
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	3,2	4,9	21	129	9,9
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,1	0,1	2	10	0,9
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
<b>Итого</b>			<b>725</b>	<b>12,8</b>	<b>20,3</b>	<b>55,9</b>	<b>438</b>	<b>14,9</b>
<b>Полдник</b>								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	20,8	21,7	36	441	0,9
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,5	2	3,5		0
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	6,8	2,9	20	130	0
<b>Итого</b>			<b>455</b>	<b>34,8</b>	<b>26,8</b>	<b>70,1</b>	<b>622</b>	<b>0,9</b>
<b>Всего</b>				<b>58,4</b>	<b>63</b>	<b>183,3</b>	<b>1459</b>	<b>17,5</b>