

# МЕНЮ

26 июля 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	6,5	8,6	15,1	140	0
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6,7	8,3	23,5	187	0,8
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,8	2,3	4,4	48	0,5
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>16</b>	<b>19,2</b>	<b>43</b>	<b>375</b>	<b>1,3</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,6	0,5	15,5	71	0
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,6</b>	<b>0,5</b>	<b>15,5</b>	<b>71</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,8	2,9	1,5	46	0
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	5,6	4,6	12,7	114	7,6
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	19,3	17,7	26,1	344	15,5
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,8	1,4	2,8	30	0
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,9	0,1	8,4	38	0,3
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	66	0
<b>Итого</b>			<b>750</b>	<b>31</b>	<b>27,7</b>	<b>75</b>	<b>689</b>	<b>23,4</b>
<b>Полдник</b>								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,6	0,1	1,9	12	0
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	7,6	7,8	31	215	0,1
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,2		0,4	3	1,1
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	9,7	5,2	24,2	182	0,1
<b>Итого</b>			<b>463</b>	<b>18,1</b>	<b>13,1</b>	<b>57,5</b>	<b>412</b>	<b>1,3</b>
<b>Всего</b>				<b>65,7</b>	<b>60,5</b>	<b>191</b>	<b>1547</b>	<b>26</b>