

МЕНЮ
18 апреля 2024 г.**Дети сад**

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								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	3,10	4,50	0,30	61,30	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	190	4,00	6,30	32,90	203,50	0,46
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	190	4,00	6,30	32,90	203,50	0,00
УСП	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,50	2,40	10,10	80,60	0,47
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,19	0,00	7,68	31,44	0,04
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,20	1,20	24,00	92,00	0,00
Итого			450	10,80	14,30	67,30	437,50	0,93
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,00	0,20	18,20	82,80	3,60
к/к	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии)	150	0,45	0,45	10,32	49,21	0,00
Итого			180	0,00	0,20	18,20	82,80	3,60
Обед								
УСП	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	0,00	0,10	1,00	7,80	3,00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180/10/5	2,10	2,90	6,70	68,10	5,25
2008	83	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (аллергии)	200	1,81	1,82	6,70	68,10	10,65
2008	83	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И ГОВЯДИНОЙ (аллергии)	180/10	2,10	2,90	6,70	68,10	10,07
2012	249	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	80	8,70	4,90	2,30	97,50	0,27
2008	252	ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ (аллергии)	60	8,70	4,90	0,00	97,50	0,00
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергии)	70	8,70	4,90	0,00	97,50	0,12
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,30	5,50	19,60	133,10	9,15
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергии)	150	2,30	5,50	19,60	133,10	10,26
УСП	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,00	0,10	17,00	70,70	0,00
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	14,00	47,50	0,00
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,60	0,90	18,00	69,00	0,00
Итого			720	16,50	14,60	78,50	493,70	17,67
Полдник								
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКА ИЗ ПТИЦЫ	70	8,50	6,20	8,10	138,20	0,08
2008	257	ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ (аллергии)	70	8,50	6,20	0,33	138,20	0,16
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130	1,10	1,60	10,50	57,60	5,15
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (аллергии)	130	1,10	1,60	10,50	57,60	0,00
2008	435	КЕФИР 2.5%	185	3,50	5,40	7,40	98,10	18,50
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	185	0,19	0,00	13,31	54,00	0,04
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	14,00	47,50	0,00
2008	453	ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ	60	3,20	5,50	42,10	226,40	4,11
Итого			470	18,00	18,80	82,10	567,80	27,84
Всего				45,30	47,90	246,10	1 581,80	50,04