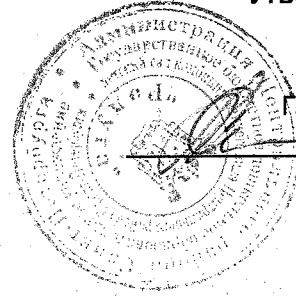


Утверждаю



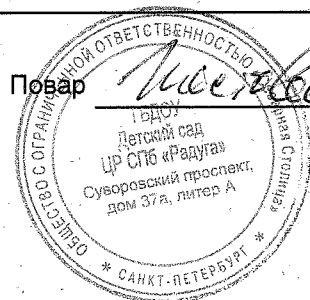
Заведующий
ГБДОУ д/с "Радуга"
Тимофеева Н.Н./

МЕНЮ

23 июля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,4	6,9	10	69	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,1	8,1	27,9	205	0,5
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	77	0,5
Итого			415	11,7	17,8	51,5	351	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,9	0,2	18,2	83	3,6
Итого			180	0,9	0,2	18,2	83	3,6
Обед								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,5	0,1	1,9	12	5
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	2,4	2,1	17,1	97	6,4
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	19,3	21	22	355	18,7
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,2	22	93	72
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			676	25,3	24,1	79,7	640	102,1
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	8,3	0,5	0,3	144	0,9
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,6	17,5	119	9
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	21,7	88	1,4
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,3	0,9	25,9	130	0,1
Итого			445	16,4	6,2	71,8	512	11,4
Всего				54,3	48,3	221,2	1586	118,1



Повар

Тестова М.В.