



## МЕНЮ

5 февраля 2025 г.

сад 12 час

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,33	6,81	26,48	188,25	0,47
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	11,41	45,62	0,00
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,70	1,07	18,25	93,01	0,00
2008		ФРУКТЫ	100	0,40	0,30	10,30	46,98	5,00
<b>Итого</b>			<b>490</b>	<b>8,46</b>	<b>12,31</b>	<b>66,48</b>	<b>411,26</b>	<b>5,47</b>
<b>Обед</b>								
2012	62	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ	200	7,83	9,60	12,78	170,89	6,31
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУРЫ	50/50	12,12	18,26	1,34	218,06	1,05
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,19	4,49	34,00	189,43	0,00
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	22,13	88,46	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,20	0,47	9,77	50,86	0,00
<b>Итого</b>			<b>645</b>	<b>25,34</b>	<b>32,82</b>	<b>80,02</b>	<b>717,70</b>	<b>7,36</b>
<b>Полдник</b>								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180	4,26	7,74	0,02	87,99	0,21
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	11,41	45,62	0,00
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>4,26</b>	<b>7,74</b>	<b>11,43</b>	<b>133,61</b>	<b>0,21</b>
<b>Всего</b>				<b>38,06</b>	<b>52,87</b>	<b>157,93</b>	<b>1 262,57</b>	<b>13,04</b>

повар \_\_\_\_\_ .Анфимова Т.Н.