

Утверждаю



# МЕНЮ

6 февраля 2025 г.

сад 12 час

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	35	1,87	2,40	0,00	29,55	0,22
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	180	7,32	7,72	34,76	238,32	0,44
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	11,41	45,62	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,22	20,20	92,20	0,00
<b>Итого</b>			<b>595</b>	<b>10,19</b>	<b>10,34</b>	<b>66,37</b>	<b>405,69</b>	<b>0,66</b>
<b>Обед</b>								
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	1,61	2,56	13,02	81,95	4,99
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60	6,13	4,73	0,00	66,88	0,16
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,65	3,29	18,15	113,20	8,85
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,36	0,16	18,87	79,83	60,35
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,20	0,47	9,77	50,86	0,00
<b>Итого</b>			<b>595</b>	<b>12,95</b>	<b>11,21</b>	<b>59,81</b>	<b>392,72</b>	<b>74,35</b>
<b>Полдник</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	11,75	20,28	2,12	238,19	0,17
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	11,41	45,62	0,00
2012	466	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	0,20	1,59	4,52	33,21	0,00
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>11,95</b>	<b>21,87</b>	<b>18,05</b>	<b>317,02</b>	<b>0,17</b>
<b>Всего</b>				<b>35,09</b>	<b>43,42</b>	<b>144,23</b>	<b>1 115,43</b>	<b>75,18</b>

повар \_\_\_\_\_

Анфимова Т.Н.