

Утверждаю

Заведующий  
детский сад № 116  
Солоницына Р.Р./**МЕНЮ**  
23 декабря 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,21	4,06	6,93	61,38	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,20	8,30	35,00	262,40	0,50
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	4,31	5,02	29,92	181,97	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2012	392	ЧАЙ (аллергики)	180	0,10	0,00	0,20	1,20	0,02
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>423</b>	<b>10,53</b>	<b>12,36</b>	<b>50,45</b>	<b>359,78</b>	<b>1,60</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	162	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>162</b>	<b>0,60</b>	<b>0,60</b>	<b>14,80</b>	<b>66,30</b>	<b>6,00</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	54	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	5,00	7,70	11,00	179,00	3,20
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	6,10	6,40	3,30	125,00	0,40
2012	277	ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ (аллергики)	70	8,81	10,95	14,44	190,70	0,97
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергики)	80	14,70	0,50	0,00	165,00	0,60
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	160	3,15	5,04	20,48	141,02	9,45
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (аллергики)	160	3,18	5,09	20,67	142,36	9,54
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
2012	392	ЧАЙ (аллергики)	180	0,10	0,00	0,20	1,20	0,02
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>738</b>	<b>17,95</b>	<b>20,06</b>	<b>80,16</b>	<b>651,76</b>	<b>14,95</b>
<b>Полдник</b>								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	210	3,31	0,47	33,30	150,85	0,70
2012	304	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	180	18,20	16,84	30,49	185,64	1,27
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
2012	392	ЧАЙ (аллергики)	180	0,10	0,00	0,20	1,20	0,02
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	4,48	2,57	17,46	111,28	0,06
<b>Итого</b>			<b>464</b>	<b>15,03</b>	<b>5,27</b>	<b>64,87</b>	<b>467,03</b>	<b>3,76</b>
<b>Всего</b>				<b>44,11</b>	<b>38,29</b>	<b>210,28</b>	<b>1 544,87</b>	<b>26,31</b>

Медицинская сестра

Ломаченко И.В.