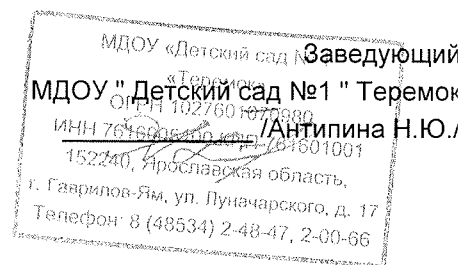


Утверждаю



# МЕНЮ

28 марта 2025 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	9	2,39	2,44	0,00	32,06	0,07
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ.	180	2,62	2,79	15,75	99,33	0,49
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	2,90	1,12	19,84	101,15	0,00
2012	185	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ	200	6,44	6,13	22,52	172,13	0,75
<b>Итого</b>			<b>428</b>	<b>14,35</b>	<b>12,48</b>	<b>58,11</b>	<b>404,67</b>	<b>1,31</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	120	0,16	0,07	5,99	25,86	26,00
<b>Итого</b>			<b>120</b>	<b>0,16</b>	<b>0,07</b>	<b>5,99</b>	<b>25,86</b>	<b>26,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	109	БУЛЬОН КУРИННЫЙ С ГРЕНКАМИ	210	6,34	5,51	9,25	111,89	1,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ЯГОД С ВИТАМИНОМ "С"	185	0,00	0,00	11,48	45,89	0,00
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	240	12,89	15,49	17,93	264,42	28,82
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	2,23	0,30	14,29	68,78	0,00
<b>Итого</b>			<b>669</b>	<b>21,46</b>	<b>21,30</b>	<b>52,95</b>	<b>490,98</b>	<b>29,82</b>
<b>Полдник</b>								
2012	483	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	90	9,12	7,46	31,37	230,07	0,10
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	158	4,57	5,05	7,41	94,60	2,05
<b>Итого</b>			<b>248</b>	<b>13,69</b>	<b>12,51</b>	<b>38,78</b>	<b>324,67</b>	<b>2,15</b>
<b>Всего</b>				<b>49,66</b>	<b>46,36</b>	<b>155,83</b>	<b>1 246,18</b>	<b>59,28</b>

повар \_\_\_\_\_

Шиткова Е.И.