

МЕНЮ
13.12.2024г.

№ технологической карты	Наименование блюда	1-3х лет						3-8 ми лет					
		Выход	Б	Ж	У	Ккал	Витамин С	Выход	Б	ж	У	Ккал	Витамин С
	Завтрак												
№165	Запеканка из творога	90	6,254	13,255	18,865	312,7	0,264	110	8,187	16,464	26,5645	384,85	0,312
№ 73	Соус молочный сладкий	40	0,776	1,801	5,304	40,6	0,128	40	0,776	1,801	5,304	40,6	0,128
т/к №20	Кофейный напиток с молоком	180	2,952	3,258	6,03	44,996	0,411	200	3,28	3,62	8,3	94,2	0,452
№ 75	Бутерброд с сыром	45	4,7	6,9	14,6	119,1	0	60	5,6	8,103	16,416	185,334	0
		355	14,682	25,214	44,799	517,396	0,803	410	17,843	29,988	56,5845	704,984	0,892
						20%						20%	
	Второй завтрак:												
	Сок	150				66	3	200				88	4
		150				66	3	200				88	4
						5%						5%	
	Обед												
№ 169	Салат "Витаминный"	40	0,22	1,827	0,714	20,11	12,56	60	0,456	3,654	3,428	40,38	15,04
№ 170	Свекольник	150	1,2	1,105	28,895	41,995	4,17	200	1,6	2,14	31,86	64,37	5,56
т/к 200	Каша пшеничная рассыпчатая	110	1,017	1,111	3,317	100,01	0,35	120	2,154	1,999	8,49	119,167	0,058
т/к 201	Биточки рубленые из птицы	60	2,001	2,022	6,325	39,002	0,4	70	3,047	3,207	10,049	43,002	0,91
т/к 201/1	Соус томатный с овощами.	10	0,002	0,026	0,035	4,02	0,024	15	0,003	0,033	0,047	5,89	0,036
№ 175	Компот из сушеных фруктов	150	0,33	0,015	24,39	84,74	0,3	180	0,43	0,08	30,76	107,1	0,4
№ 176	Хлеб ржаной	40	1,98	0,36	0,36	50,3	0	50	2,64	0,48	1,48	72,4	0
		560	6,75	6,466	64,036	340,177	17,804	695	10,33	11,593	86,114	452,309	22,004
						35%						35%	
	Полдник.												
№ 177	Молоко кипяченое	180	3,19	3,451	9,09	102,006	2,501	200	6,1	4,44	10,1	113,34	2,74
т/к № 140/01	Бутерброды с джемом или повидлом	50	3,95	4,06	27,24	161	0	60	4,74	4,872	35,688	193,2	0
		230	7,14	7,511	36,33	263,006	2,501	260	10,84	9,312	45,788	306,54	2,74
						15%						15%	
	Ужин.												
181/01	Жаркое по-домашнему из мясных консервов "Говядина тушеная"	160	8,9	6,9	29,1	147	22,52	200	10,9	7,9	37,1	182	23
№ 183	Чай с лимоном	200	0,14	0,02	11,34	45,56	1,4	200	0,14	0,02	11,34	45,56	1,4
№ 182	Хлеб пшеничный	40	2,39	0,98	17,43	86,89	0	50	3,95	1,22	24,41	108,6	0
		400	11,43	7,9	57,87	279,45	23,92	450	14,99	9,14	72,85	336,16	24,4
						25%						25%	
Всего за день		1610	40,00	47	203	1400	45	1815	54	60	261	1800	50