

Неделя: 1  
День: 1

МЕНЮ

30 Сентября 2024г.

Сад (3-7 лет)



| Наименование блюда                      | Выход<br>гр | Химический состав |              |                | Энергетическая<br>ценность<br>ккал | N<br>рецеп-<br>туры                  |
|-----------------------------------------|-------------|-------------------|--------------|----------------|------------------------------------|--------------------------------------|
|                                         |             | Белки<br>гр       | Жиры<br>гр   | Углеводы<br>гр |                                    |                                      |
| 1                                       | 2           | 3                 | 4            | 5              | 6                                  | 7                                    |
| <b>Завтрак</b>                          |             |                   |              |                |                                    |                                      |
| Суп молочный с крупой (геркулес)        | 200         | 6.18              | 7.58         | 23.28          | 185                                | TKN№44                               |
| Кофейный напиток с молоком              | 180         | 2,52              | 2,52         | 13.23          | 83.7                               | ТТК-270                              |
| Хлеб пшеничный йодированный             | 40          | 3,16              | 0.4          | 19.32          | 93.52                              | Т-К №ПР<br>сб/М П<br>Магильно<br>го  |
| Итого                                   | 420         | 11.86             | 10.5         | 55.83          | 362.9                              |                                      |
| <b>Второй завтрак</b>                   |             |                   |              |                |                                    |                                      |
| Сок фруктовый                           | 200         | 1                 | 0            | 20.2           | 84.8                               | Т-К№389                              |
| Итого                                   | 200         | 1                 | 0            | 20.2           | 84.8                               |                                      |
| <b>Обед</b>                             |             |                   |              |                |                                    |                                      |
| Салат "Здоровье"                        | 60          | 0.9               | 3.1          | 4.3            | 48                                 | ТК-№29                               |
| Рассольник домашний                     | 180         | 2.05              | 5.7          | 10.5           | 99.9                               | ТК-№33                               |
| Рыба, запеченная с картофелем по-русски | 200         | 14.32             | 6.15         | 19.9           | 191.92                             | ТК-№151                              |
| Компот из чернослива                    | 200         | 0.29              | 0            | 20.39          | 82.78                              | ТК-№253                              |
| Хлеб ржаной                             | 50          | 2.8               | 0.55         | 24.7           | 119.95                             | Т-К№ПР-                              |
| Итого                                   | 690         | 20.36             | 15.5         | 79.8           | 542.55                             |                                      |
| <b>Полдник</b>                          |             |                   |              |                |                                    |                                      |
| Булочка домашняя                        | 50          | 3.64              | 5.89         | 30.67          | 190.17                             | ТК-№282                              |
| Молоко кипяченое                        | 150         | 4.05              | 4.2          | 6.45           | 80.1                               | ТК-№260                              |
| Итого                                   | 200         | 7.69              | 10.09        | 37.12          | 270.27                             |                                      |
| <b>Ужин</b>                             |             |                   |              |                |                                    |                                      |
| Пудинг из говядины (паровой)            | 70          | 12.45             | 16.55        | 0.64           | 200.91                             | ТК-№105                              |
| Каша ячневая рассыпчатая                | 140         | 4.51              | 3.35         | 28.14          | 163.22                             | Т-К№169                              |
| Чай с сахаром                           | 200         | 0.1               | 0.03         | 9.1            | 25                                 | ТК-№266<br>р ТТК-<br>№10 Уфа<br>2014 |
| Хлеб пшеничный йодированный             | 40          | 3.16              | 0.4          | 19.32          | 93.52                              | Т-К № ПР<br>сб/М П<br>Магильно<br>го |
| Итого                                   | 450         | 20.22             | 20.32        | 57.19          | 482.65                             |                                      |
| <b>Всего</b>                            |             | <b>62.29</b>      | <b>55.38</b> | <b>249.17</b>  | <b>1735.27</b>                     |                                      |

Составил

Шеф-повар

Chubb & Co

Имельбаева В Г  
(расшифровка подписи)