

И.Н. Копалина

Неделя: 2
День: 1

МЕНЮ

2 Декабря 2024г.

Ясли (2-3 лет)

Наименование блюда	Выход гр.	Химический состав			Энергет. ценность ккал.	N рецеп- туры
		Белки гр.	Жиры гр.	Углеводы гр.		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Суп молочный с крупой (рисовой)(Крупа рисовая, молоко 3,2%, сахар,масло сливочное)	150	3,71	4,55	13,97	111,41	ТК№44
Кофейный напиток с молоком (Кофейный порошок, молоко 3,2%, сахар)	180	2,52	2,52	13,23	83,7	ТТК-270
Бутерброд с сыром (Хлеб пшеничный йодированный, сыр сычужный)	30	3,75	2,25	10,88	79,5	ТК-№3нр1 Уфа 2014
Итого	390	9,98	9,32	38,07	274,61	
Второй завтрак						
Сок фруктовый (Сок в ассортименте)	150	0,75	0	15,15	63,6	Т-К№389
Итого	150	0,75	0	15,15	63,6	
Обед						
Свекла отварная (Свекла свежая)	50	0,67	0,08	3,58	17,5	ТК-№16
Суп пюре из картофеля (Картофель, морковь, лук репчатый,молоко 3,2, масло сливочное, мука пшеничная)	200	2,7	4,12	16,85	115,31	ТК-№49
Котлеты из говядины(Мясо говяжье, хлеб пшеничный, масло сливочное)	50	5,21	6,43	5,09	102,5	ТК-№268
Капуста тушеная(Капуста свежая,морковь,лук репчатый,томатная паста, мука пшеничная,сахар)	130	3,41	4,2	17,49	113,31	ТК-№210
Компот из апельсинов (Апельсины,сахар)	180	0,43	0,23	20,52	40,46	ТК-№24
Хлеб ржаной	40	2,24	0,44	19,76	95,96	Т-К№ПР-
Итого	650	14,66	15,51	83,29	485,04	
Полдник						
Булочка молочная(Мука пшеничная,молоко 3,2%,дрожжи,соль)	40	3,76	0,88	20,8	108	ТК-№259
Молоко кипяченое(Молоко 3,2%)	160	4,32	4,48	6,88	85,44	ТК-№260
Итого	200	0,08	5,36	27,68	193,44	
Ужин						
Рыба запеченная с морковью(Горбуша,лук репчатый, морковь,сметана 15%,мука пшеничная)	150	11,43	15,38	4,13	205	ТК-№86
Фрукты или ягоды свежие (яблоки)	95	0,38	0,38	9,31	44,65	Т-К№338
Чай с сахаром (Чай байховый,сахар)	180	0,09	0,03	8,19	22,5	ТК-№266 р ТТК-№10 Уфа 2014
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	Т-К № ПР-сб/М.П Магильно го
Итого	455	22	13,08	36,12	342,29	
Всего		55,55	43,26	200,3	1358,98	

Составил

Шеф-повар
(должности)

Имельбаева В.Г.
(подпись)

Имельбаева В.Г.
(расшифровка подписи)