

Неделя: 1  
День: 4

МЕНЮ  
28 Ноября 2024г.

Если (1-3 года)

| Наименование блюда                                                                                                   | Выход<br>гр. | Химический состав |             |                 | Энергет.<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                                      |
| Завтрак                                                                                                              |              |                   |             |                 |                               |                                        |
| Каша жидкая (пшенная) с сахаром(Крупа пшенная,сахар, молоко 3,2%, масло сливочное)                                   | 160          | 3,52              | 7,36        | 20,32           | 166,4                         | TK-№311                                |
| Какао с молоком(Какао порошок, молоко 3,2%, сахар)                                                                   | 170          | 2,72              | 2,64        | 11,48           | 79,05                         | TK-№272                                |
| Хлеб пшеничный йодированный                                                                                          | 30           | 2,37              | 0,3         | 14,49           | 70,14                         | Т-К № ПР-сб/М.                         |
| Итого                                                                                                                | 360          | 8,61              | 10,3        | 46,29           | 315,59                        |                                        |
| Второй завтрак                                                                                                       |              |                   |             |                 |                               |                                        |
| Плоды или ягоды свежие (апельсины)                                                                                   | 130          | 1,66              | 0,36        | 0,55            | 70,2                          | Т-К №338<br>М.П<br>Магильно<br>го 2017 |
| Итого                                                                                                                | 130          | 1,66              | 0,36        | 0,55            | 70,2                          |                                        |
| Обед                                                                                                                 |              |                   |             |                 |                               |                                        |
| Салат из свежих огурцов(Огурцы свежие, лук репчатый масло подсолнечное)                                              | 30           | 0,25              | 1,35        | 0,9             | 16,5                          | TK-№12р№37                             |
| Суп картофельный с мясными фрикадельками(Картофель,морковь,лук репчатый, масло сливочное,яйцо куриное, мясо говяжье) | 180          | 6,16              | 4,3         | 12,01           | 110,59                        | TK-№40                                 |
| Рыба "Аппетитная"(Горбуша,капуста, масло сливочное,яйцо, сметана 15%,сыр)                                            | 180          | 16,5              | 15,53       | 9               | 242,25                        | ТТК-№84                                |
| Сок фруктовый                                                                                                        | 200          | 1                 | 0           | 20,2            | 84,8                          | TK-№389                                |
| Хлеб ржаной                                                                                                          | 40           | 2,24              | 0,44        | 19,76           | 95,96                         | TK-№7                                  |
| Итого                                                                                                                | 630          | 26,15             | 21,62       | 61,87           | 550,1                         |                                        |
| Полдник                                                                                                              |              |                   |             |                 |                               |                                        |
| Шанежка наливная(Мука пшеничная,дрожжи, сахар, масло сливочное, яйца, сметана 15%)                                   | 50           | 3,33              | 3,08        | 20,08           | 122,5                         | Т-К№253                                |
| Молоко кипяченое (Молоко коровье 3,2%)                                                                               | 150          | 4,2               | 4,8         | 7,05            | 88,2                          | TK-№260                                |
| Итого                                                                                                                | 200          | 7,53              | 7,88        | 27,13           | 210,7                         |                                        |
| Ужин                                                                                                                 |              |                   |             |                 |                               |                                        |
| Котлеты картофельные(Картофель,яйца куриные, масло сливочное,масло подсолнечное,сухари панировачные)                 | 130          | 3,95              | 8,6         | 25,04           | 196,27                        | Т-К№147                                |
| Соус томатный (Томатная паста,сахар,мука пшеничная)                                                                  | 40           | 0,22              | 1,47        | 2,1             | 22,46                         | TK-№238                                |
| Компот из свежих плодов(Яблоки, сахар, кислота лимонная)                                                             | 200          | 0,2               | 0,1         | 17,2            | 68                            | TK-№277                                |
| Хлеб пшеничный йодированный                                                                                          | 30           | 2,37              | 0,3         | 14,49           | 70,14                         | Т-К № ПР-сб/М.                         |
| Итого                                                                                                                | 400          | 6,74              | 10,47       | 58,83           | 356,87                        |                                        |
| Всего                                                                                                                |              | 50,7              | 50,63       | 194,66          | 1503,46                       |                                        |

Составил

Шеф-повар  
(должность)

  
(подпись)

Имельбаева В.Г.  
(расшифровка подписи)