

Неделя: 2
День: 2

МЕНЮ

3 Декабря 2024г.

Сад (3-7 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						
Каша жидкая (манная) с маслом(Крупа манная,молоко 3,2%,сахар, масло сливочное)	200	3	8,2	20	170	ТТК№311
Чай с молоком и сахаром(Чай байховый, сахар,молоко 3,2%)	200	1,4	1,4	11,2	61	ттк-267
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-К№ПР-сб/под Магильно го
Итого	460	7,56	10	50,52	324,52	
Второй завтрак						
Кисломолочный продукт (снежок)	180	5,22	4,44	7,2	90	Т-К №386 М.П Магильно го 2017
Итого	180	5,22	4,44	7,2	90	
Обед						
Салат из свежих помидор(Помидоры свежие,лук репчатый,масло подсолнечное,сахар,кислота лимонная)	50	0,42	2,25	2,25	31,67	ТК-№11
Суп из овощей(Капуста свежая,морковь,лук репчатый,горошек консервированный,сметана 15%,масло сливочное)	180	1,39	4,21	11,5	82,97	ТК-№36
Жаркое по-домашнему(Картофель,лук репчатый, мясо говяжье,масло подсолнечное,томатная паста)	180	18,16	18,56	16,06	306,82	ТК-№92
Компот из сухофруктов(Смесь сухофруктов,сахар,кислота лимонная)	180	0,5	0	25,1	102,4	ТК-№255
Хлеб ржаной	50	2,8	0,55	24,7	119,95	Т-К№ПР-
Итого	630	23,27	25,57	77,7	643,81	
Полдник						
Плюшка новомосковская(Мука пшеничная,дрожжи,сахар,масло сливочное,яйца куриные,молоко 3,2%)	50	3,93	2,93	25,57	145,71	ТК-№255
Молоко кипяченое(Молоко 3,2%)	200	5,4	5,6	8,6	106,8	ТК-№260
Итого	250	9,33	8,53	34,17	252,51	
Ужин						
Икра свекольная(Свекла свежая,лук репчатый, томатная паста,сахар,масло подсолнечное,кислота лимонная)	60	1,05	4,35	5,55	64,5	ТТК-№45
Яйцо вареное(Яйцо куриное)	40	5,08	4,6	0,28	63	Т-К№209
Морковь, тушеная с рисом	180	3,15	8,73	29,52	209,7	ТК-№140
Напиток из шиповника(Шиповник,сахар)	200	0,68	0	21	46,87	ТК-№261 Пермь 2001
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-К № ПР-сб/М.П Магильно го
Итого	520	13,12	18,08	75,67	477,59	
Всего		58,5	66,62	245,26	1788,43	

Составил

Шеф-повар

(должность)

Шеф-повар
(подпись)

Имельбаева В Г

(расшифровка подписи)