

Неделя: 2
День: 3

МЕНЮ
4 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						
Суп молочный с макаронными изд. (Молоко 3,2%, масло сливочное 7,2%, сахар, макаронные изделия)	250	5,5	5,25	19,88	148,75	ТК-№75
Какао с молоком(Какао порошок, сахар, молоко 3,2%)	180	2,88	2,79	12,15	83,7	ТК-№272
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-К № ПР-сб/М
Итого	470	11,54	8,44	51,35	325,97	
Второй завтрак						
Плоды или ягоды свежие (виноград)	100	0,6	0,6	15,4	72	Т-К №338 М.П. Магильно го 2017
Итого	100	0,6	0,6	15,4	72	
Обед						
Салат картофельный с зеленым горошком(Картофель, горошек консервированный, яйца, лук репчатый, масло подсолнечное)	60	1,95	6	6,15	87	ТК-№36
Борщ с капустой и картофелем(Свекла, капуста, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, сахар, сметана 15%)	250	1,9	6,65	10,8	111,1	ТК-№272
Рагу из птицы(Цыпленок охлажденный, картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, масло подсолнечное)	185	11,66	9,07	17,95	205,35	ТК-№489
Компот из черносслива(Черносслив, сахар, кислота аскорбиновая)	200	0,32	-	22,66	91,98	ТК-№253
Хлеб ржаной	50	2,8	0,55	24,7	119,95	ТК-№7
Итого	745	25,06	32,19	77,97	643,42	
Полдник						
Пирожки печеные с капустой(Мука, сахар, яйца, масло сливочное, дрожжи, соль, капуста свежая, лук репчатый, масло подсолнечное)	50	3,3	3,8	16,5	114	Т-К№238
Молоко кипяченое(Молоко 3,2%)	200	5,6	6,4	9,4	117,6	ТК-№260
Итого	250	8,9	10,2	25,9	231,6	
Ужин						
Сырники из творога с картофелем(Творог, картофель, яйца, мука пшеничная, масло сливочное)	150	15,95	5,24	23,53	204,99	Т-К№138
Соус молочный(Молоко 3,2%, мука пшеничная, сахар, масло сливочное)	60	1,2	3,4	4	50	ТК-№226
Чай с лимоном и сахаром(Чай байховый, сахар, лимон)	200	0,2	0,03	9,3	37	ТК-№268
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-К № ПР-сб/М
Итого	450	20,51	9,06	56,15	385,51	
Всего		60,18	50,57	231,05	1630,46	

Составил

Шеф-повар
(подпись)

Имельбаева В.Г.
(подпись)

Имельбаева В.Г.
(расшифровка подписи)