

1/4)

Утверждаю



# МЕНЮ



Генеральный директор  
АНО ОО "Академия"  
Зимарева И.В./

21.03.24

## Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	200	6,9	9	33,9	245	0,8
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,2	104	0,5
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	50	2,4	6,1	26,4	168	6
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>12,4</b>	<b>17,5</b>	<b>77,5</b>	<b>517</b>	<b>7,3</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47</b>	<b>10</b>
<b>Обед</b>								
2012	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	60	2,7	5,6	4,2	78	2
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	7,2	6,8	14,3	148	7,2
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	170	13,9	13,6	15,4	242	36,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,5	0,1	28,5	118	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
<b>Итого</b>			<b>680</b>	<b>29,4</b>	<b>26,6</b>	<b>95,2</b>	<b>742</b>	<b>45,5</b>
<b>Полдник</b>								
2008	411	КИСЕЛЬ	200	0,1	0,1	27,9	113	2
2008	451	ПИРОЖКИ С ПОВИДЛОМ	70	3,7	1,5	46,9	216	0,56
<b>Итого</b>			<b>270</b>	<b>3,8</b>	<b>1,6</b>	<b>74,8</b>	<b>329</b>	<b>2,56</b>
<b>Ужин</b>								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	70	0,6	0,1	1,7	10	7
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	5,4	20,2	140	4,97
2012	257	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	70	10,8	3,2	6,4	96	0,3
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2		10	42	1,11
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
<b>Итого</b>			<b>507</b>	<b>16,2</b>	<b>8,8</b>	<b>48,3</b>	<b>335</b>	<b>13,38</b>
<b>Всего</b>				<b>62,2</b>	<b>54,9</b>	<b>305,6</b>	<b>1970</b>	<b>78,74</b>