

МЕНЮ

2 марта 2023 г.

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		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2,7	4,3	8,4	82	0,5
2008	1	БАТОН	30	2,3	0,3	13,9	67	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	5	0,1	45	0
	12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,2	3,3	13,3	94	0,6
Итого			416	8,3	12,9	35,7	288	1,1
II Завтрак								
2008	11	БАНАН	100	0,8	0,3	10,6	49	5,5
Итого			100	0,8	0,3	10,6	49	5,5
Обед								
2008	16	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	1,5	0,1	3,2	20	5
2008	116	СУП-ХАРЧО НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	1,6	1,4	12,8	70	4,1
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	7,7	13,6	22	241	11,1
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,9	0,3	19,2	93	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,9	0,3	9,8	52	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	190	0,6	0,3	17,6	87	72
Итого			710	16,2	16	84,6	563	92,2
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	160	5,5	4	8,8	97	1,09
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	4	5		61	0,1
2008	1	БАТОН	20	1,5	0,2	9,2	45	0
Итого			195	11	9,2	18	203	1,19
Ужин								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,6	3,5	3,6	50	2,2
	27	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	200	12,6	8,2	7,4	154	0,6
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,9	0,3	9,8	52	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		4,7	19	0
Итого			470	15,2	12	25,5	275	2,8
Всего				51,5	50,4	174,4	1378	102,79


 Кочемалкина Е.П.


 Руденко О.В.

149-00