

МЕНЮ

14 сентября 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	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,8	8,1	22,7	189	0,7
2008	1	БАТОН	30	2,5	0,3	15,1	73	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	5	0,1	45	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,7	2,7	11,6	81	0,5
Итого			416	12,1	16,1	49,5	388	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5		7,3	31	173
Итого			100	0,5		7,3	31	173
Обед								
2012	43(1)	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	1	9,2	7,1	115	9
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/0/3	3,2	3,1	11	85	5,4
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	8,6	11,1	12,6	185	19,8
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,2	0,8	2,1	18	0,5
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	3,6	0,4	24,2	117	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,2	8,4	44	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	180	0,1	0,1	15,9	66	11,9
Итого			713	18,3	24,9	81,3	630	46,6
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	123	4,1	3	6,6	73	0,8
2008	1	БАТОН	20	1,5	0,2	9,4	45	0
	17	ПОВИДЛО	30	0,1		19,9	80	0,1
Итого			173	5,7	3,2	35,9	198	0,9
Ужин								
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	1,1	2,5	6,7	55	3,1
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ (ПАРОВОЕ)	200	9,5	9,5	4,9	143	1,1
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,8	0,2	9,1	48	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		4,1	17	0
Итого			465	12,5	12,2	24,8	263	4,2
Всего				49,1	56,4	198,8	1510	225,9

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,