



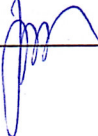
МЕНЮ

16 ноября 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	2,8	4,4	9,3	86	0,5
2008	1	БАТОН	30	2,4	0,3	14,7	71	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	5	0,1	45	0
	12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,2	3,3	13,2	94	0,6
Итого			416	8,5	13	37,3	296	1,1
II Завтрак								
2008	11	БАНАН	67	0,7	0,2	9	42	4,7
Итого			67	0,7	0,2	9	42	4,7
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	3,6	4	53	23,5
2008	116	СУП-ХАРЧО НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	1,5	1,5	13,3	72	4,2
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	8,1	14	23,1	251	11,7
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,2	0,3	21,5	104	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	17,7	87	73,8
Итого			710	16,3	20	89,4	619	113,2
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	121	4	2,9	6,5	72	0,8
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	13	3	3,9		47	0,1
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
Итого			154	8,6	7	16,3	167	0,9
Ужин								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,8	3,8	3,7	52	2,3
	27	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	200	9,8	8,8	7,2	148	0,4
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	10,5	55	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		4,6	18	0
Итого			470	12,7	12,9	26	273	2,7
Всего				46,8	53,1	178	1397	122,6

 Модестова О.Б.

 Руденко О.В.,

Учсн 179 руб.