

МЕНЮ
18 декабря 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	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,7	9,2	24	207	0,3
2008	1	БАТОН	30	2,3	0,3	14,3	70	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,7	2,6	10,9	79	0,2
Итого			410	11,7	12,1	49,2	356	0,5
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	35	0,1	0,1	3	14	3,1
Итого			35	0,1	0,1	3	14	3,1
Обед								
2008	28	МОРКОВЬ С САХАРОМ	60	0,7	1,3	6,8	41	2,8
2008	89	РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/20	2,8	2,5	12,9	86	5,2
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	210	12,4	15,9	35	337	1,9
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,2	0,3	21,2	103	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,4	16,7	89	0
2008	411	КИСЕЛЬ	180			17,1	68	0
Итого			750	22,3	20,4	109,7	724	9,9
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	119	3,9	2,9	6,3	70	0,8
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,4	5,8	29,6	189	0
Итого			169	8,3	8,7	35,9	259	0,8
Ужин								
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	5,6	1,6	1,4	43	0,5
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		4		36	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,2	0,3	21,2	103	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		7,7	32	0,6
Итого			440	8,9	5,9	30,3	214	1,1
Всего				51,3	47,2	228,1	1567	15,4

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

Учаса 179/руо.