

МЕНЮ

18 января 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	7	7,9	27,3	205	0,7
2008	1	БАТОН	30	22,4	2,8	137,4	666	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	5	0,1	45	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,4	3,6	9,4	82	0,6
Итого			416	32,9	19,3	174,2	998	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	150	0,7		18,6	81	5,9
Итого			150	0,7		18,6	81	5,9
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0,4	2,3	1,3	29	7,8
2008	75	БОРЩ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/0/5	1,3	2,2	6,6	51	6,7
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ	80	7,2	7,2	2,3	103	0
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,8	4,2	27,3	162	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,9	0,2	12,4	60	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	14,4	76	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	190			6,8	27	0
Итого			755	17,4	16,5	71,1	508	14,5
Полдник								
	9	ВАРЕНЕЦ	140	4	3,5	5,7	74	1,12
	21	ПЛЮШКА	80	6,1	8,6	43,4	275	0,1
2008	11	БАНАН	100	0,8	0,3	10,6	49	5,5
Итого			320	10,9	12,4	59,7	398	6,72
Ужин								
к/к	23	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	40	0,4		0,8	5	0,5
к/к	24	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	250	10,1	9,4	11,7	178	5,1
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,8	0,3	18,4	89	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		9,5	39	0,7
Итого			500	13,4	9,7	40,4	311	6,3
Всего				75,3	57,9	364	2296	34,72

Кочемалкина Е.П.

Руденко О.В., 14900