

МЕНЮ
20 октября 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,3	6,4	21,6	162	0,4
2008	1	БАТОН	30	2,5	0,3	15,1	73	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,3	2,3	8,2	62	0,4
Итого			390	9,1	9	44,9	297	0,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5		7,5	32	176,9
Итого			100	0,5		7,5	32	176,9
Обед								
2008	7	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	26	0,2		0,6	4	2,5
2008	93	СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	2,4	2,1	14,7	87	4,6
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ	80	6,3	5,2	0,7	75	0,3
2008	141	РАГУ ОВОЩНОЕ	160	3,3	8,8	16,8	159	21,5
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	14,3	69	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3,1	0,4	15,9	84	0
2008	396	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЛИМОНА	200	0,1	0,1	11,8	48	0,7
Итого			731	17,5	16,8	74,8	526	29,6
Полдник								
2008	18	СНЕЖОК	121	3,3	2,9	5,3	67	0,8
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	55	3,6	6,8	25,3	177	0
Итого			176	6,9	9,7	30,6	244	0,8
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	130	9,6	8,7	15,7	182	0,1
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	60	1,4	4,3	7	71	0,1
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,2	0,3	21,4	103	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,9	1,9	8,2	58	0,3
Итого			420	16,1	15,2	52,3	414	0,5
Всего				50,1	50,7	210,1	1513	208,6

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

Цена 179 руб.