

МЕНЮ

20 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,5	8,5	27,8	212	0,7
2008	1	БАТОН	30	2,3	0,3	14,4	70	0
	12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,1	3,3	12,8	92	0,6
Итого			410	11,9	12,1	55	374	1,3
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	73	0,3	0,3	6,3	29	6,4
Итого			73	0,3	0,3	6,3	29	6,4
Обед								
2008	15	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	60	0,9	1,5	9	54	2,1
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/0/5	1,6	1,8	7,7	54	9,6
2008	264	ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ	80	5,1	8,1	3,1	106	0,7
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		3,6		33	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	5,3	0,6	35,8	173	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,2	8,2	44	0
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	190	1	0,1	14	61	0,3
Итого			760	15,5	15,9	77,8	525	12,7
Полдник								
2008	435	КЕФИР	113	3,2	2,7	4,4	58	0,8
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОФЕЛЕМ	75	4,4	7,6	28,1	199	2,4
Итого			188	7,6	10,3	32,5	257	3,2
Ужин								
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	2,4	5,1	1,9	67	1,9
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	3,7	21,9	134	10,7
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	8,7	46	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		10,1	41	0,6
Итого			455	7,3	9	42,6	288	13,2
Всего				42,6	47,6	214,2	1473	36,8

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

Цена 179 руб.