

МЕНЮ

23 января 2024 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	5,1	10,6	3,8	130	0,4
2008	8	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	0,7	3,2	2,8	43	2,5
2008	1	БАТОН	30	2,4	0,3	14,5	70	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	5	0,1	45	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	3,6	11	88	0,6
Итого			426	11,6	22,7	32,2	376	3,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,7		10,9	46	256,2
Итого			150	0,7		10,9	46	256,2
Обед								
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	1,1	3,6	3	49	4,3
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,4	2,2	16,3	108	3,4
2008		ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	8,8	12,5	29,3	265	14,8
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,2	0,2	14,9	72	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,7	0,5	19,2	102	0
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		12,9	54	2
Итого			735	21,3	19	95,6	650	24,5
Полдник								
	9	ВАРЕНЕЦ	116	3,4	2,9	4,8	62	0,93
2008	10	ПЕЧЕНЬЕ	65	4,9	6,3	48,1	270	0
Итого			181	8,3	9,2	52,9	332	0,93
Ужин								
2008	258	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ	160	10,4	9,2	16,2	206	1
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ №366	60	1,3	4	8,4	74	0,2
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,2	0,3	21,5	104	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,9	3,1	10,3	80	0,5
Итого			450	17,8	16,6	56,4	464	1,7
Всего				59,7	67,5	248	1868	286,83

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

Цена 179 руб.