

МЕНЮ
23 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,4	8,9	22,3	196	0,3
2008	1	БАТОН	30	2,3	0,3	14,2	69	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,6	2,6	10,9	78	0,2
Итого			410	11,3	11,8	47,4	343	0,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5		7,4	32	174,6
Итого			100	0,5		7,4	32	174,6
Обед								
2008	28	МОРКОВЬ С САХАРОМ	60	0,7	1,3	6,9	41	2,8
2008	89	РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	3,7	1,7	26,1	134	4,7
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	210	12,1	15,6	34,8	332	1,9
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,7	71	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	15,5	82	0
2008	411	КИСЕЛЬ	180			17	68	0
Итого			705	21,7	19,2	115	728	9,4
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	115	3,8	2,8	6,1	68	0,8
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,3	5,9	28,6	183	0
Итого			165	8,1	8,7	34,7	251	0,8
Ужин								
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	6,6	1,7	1,4	47	0,5
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		3,3		30	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	3,1	0,3	21	102	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		7,7	32	0,6
Итого			430	9,8	5,3	30,1	211	1,1
Всего				51,4	45	234,6	1565	186,4

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

Цена 179 руб.