

МЕНЮ

24 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	5,1	10,4	3,8	128	0,4
2008	8	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,8	3,6	3,1	48	2,8
2008	1	БАТОН	30	2,4	0,3	14,8	72	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	5	0,1	45	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	3,5	12,6	95	0,6
Итого			406	11,7	22,8	34,4	388	3,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,5	66	3,1
Итого			150	0,8	0,2	15,5	66	3,1
Обед								
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	1,4	3,7	3,5	53	5,2
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА М/К БУЛЬОНЕ	200/9	6,3	3,2	15,7	117	3,1
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	10,7	14,4	27,3	281	13,8
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,2	13,6	66	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,4	0,5	17,7	94	0
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		16,2	68	2,2
Итого			744	23,9	22	94	679	24,3
Полдник								
	9	ВАРЕНЕЦ	142	4,1	3,6	5,8	75	1,14
2008		ПРЯНИКИ	32	1,9	1,5	24	117	0
2008		МАНДАРИН	91	0,5	0,2	5,5	27	25,7
Итого			265	6,5	5,3	35,3	219	26,84
Ужин								
2008	258	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ	160	12,3	11,7	19,8	235	1
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ №366	50	1	3,2	7,8	64	0,1
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3	0,3	20,3	98	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,9	3,1	11,6	85	0,5
Итого			440	19,2	18,3	59,5	482	1,6
Всего				62,1	68,6	238,7	1834	59,64

Кочемалкина Е.П.

Руденко О.В.,