

МЕНЮ
26 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	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,8	8,2	22,5	189	0,7
2008	1	БАТОН	30	2,3	0,3	14,3	69	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	5	0,1	45	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,7	2,8	12,1	83	0,5
Итого			416	11,9	16,3	49	386	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	130	0,7		9,8	42	230,5
Итого			130	0,7		9,8	42	230,5
Обед								
2012	43(1)	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	0,9	3	4,4	49	2,8
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/0/3	3	3,2	10,9	83	5,4
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	9,9	12,2	12,2	199	20,2
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,2	1,2	2,2	20	0,5
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	3,5	0,4	23,3	113	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,9	0,2	9,7	51	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	180	0,1	0,1	16,9	69	10,7
Итого			713	19,5	20,3	79,6	584	39,6
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	119	3,9	2,9	6,4	71	0,8
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,9	48	0
	17	ПОВИДЛО	30	0,1		20,1	81	0,1
Итого			169	5,6	3,1	36,4	200	0,9
Ужин								
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	30	0,6	1,7	3,4	32	1,6
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ (ПАРОВОЕ)	200	9,6	10,1	4,9	150	1,1
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,2	8	43	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		4,4	18	0
Итого			435	11,9	12	20,7	243	2,7
Всего				49,6	51,7	195,5	1455	274,9

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

Цена 179 руб.