

МЕНЮ

27 апреля 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2,8	4,4	5,9	72	0,5
2008	1	БАТОН	30	2,4	0,3	14,5	70	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	5	0,1	45	0
	12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,2	3,3	13,1	94	0,6
Итого			416	8,5	13	33,6	281	1,1
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	60	0,2	0,2	5,8	27	6
Итого			60	0,2	0,2	5,8	27	6
Обед								
2008	16	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	1,9	0,1	3,9	24	6
2008	116	СУП-ХАРЧО НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	1,6	1,5	13,2	72	4,3
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	7,7	13,3	23,1	243	11,7
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3	0,3	19,8	96	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	10,1	54	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	190	0,5	0,2	15,4	74	54,7
Итого			710	16,7	15,7	85,5	563	76,7
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	130	4,5	3,3	7,2	79	0,89
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,3	4,2		51	0,1
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,7	47	0
Итого			165	9,4	7,7	16,9	177	0,99
Ужин								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,7	3,8	3,7	51	2,2
	27	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	200	11,8	10,5	7,2	171	0,5
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	10,1	54	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		4,5	18	0
Итого			470	14,6	14,6	25,5	294	2,7
Всего				49,4	51,2	167,3	1342	87,49

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,