



МЕНЮ

28 августа 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	6,7	8,7	21,5	192	0,3
2008	1	БАТОН	30	2,4	0,3	14,8	72	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,7	2,7	10,9	79	0,2
Итого			410	11,8	11,7	47,2	343	0,5
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	68	0,2	0,2	5,9	27	6
Итого			68	0,2	0,2	5,9	27	6
Обед								
2008		МОРКОВЬ С САХАРОМ	50	0,5	0,9	3,6	25	1,8
2008	89	РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	1,9	1,4	12,4	71	5,1
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	210	15,7	19,1	34,7	376	2
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,2	0,3	21,5	104	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,9	0,2	9,7	51	0
2008	411	КИСЕЛЬ	180			17,3	69	0
Итого			700	23,2	21,9	99,2	696	8,9
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	134	4,4	3,3	7,2	80	0,9
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,5	6,2	29,6	191	0,1
Итого			184	8,9	9,5	36,8	271	1
Ужин								
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	9,1	1,8	1,3	58	0,5
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		2,8		25	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,2	0,3	21,5	104	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		7,6	32	0,6
Итого			440	12,4	4,9	30,4	219	1,1
Всего				56,5	48,2	219,5	1556	17,5

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,