

МЕНЮ
29 марта 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	5,9	7,3	24,4	186	0,6
2008	1	БАТОН	30	2,3	0,3	14,2	69	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	5	0,1	45	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3	3,1	8,8	74	0,5
			416	11,3	15,7	47,5	374	1,1
Итого								
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	100	0,3	0,3	8,1	37	8,3
			100	0,3	0,3	8,1	37	8,3
Итого								
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0,5	2,3	1,5	30	8,5
2008	75	БОРЩ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/0/5	1,4	2,1	6,6	50	6,6
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ	80	6,4	6,2	2,3	91	0
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	4,4	4,2	31,5	181	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	13,8	67	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	16,9	89	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	190			6,8	27	0
			755	18,1	15,4	79,4	535	15,1
Итого								
Полдник								
	9	ВАРЕНЕЦ	140	4	3,5	5,7	74	1,12
	21	ПЛЮШКА	80	6	8,5	43,5	275	0,1
			220	10	12	49,2	349	1,22
Итого								
Ужин								
к/к	23	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	30	0,5		1	6	0,6
к/к	24	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	250	11,1	11,1	15,1	210	5,2
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,1	0,3	20,6	100	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		9,6	40	0,8
			490	14,8	11,4	46,3	356	6,6
Итого				54,5	54,8	230,5	1651	32,32
Всего								

Кочемалкина Е.П.

Руденко О.В., 149-00