

МЕНЮ

30 января 2024 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,3	8,7	28,3	217	0,7
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	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,8	2,8	12,5	85	0,5
Итого			416	11,6	16,8	55,7	419	1,2
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	70	0,2	0,2	6	28	6,1
Итого			70	0,2	0,2	6	28	6,1
Обед								
2007	20	САЛАТ ИЗ КОНСЕРВИРОВАННОЙ КУКУРУЗЫ	60	1	4,2	3,2	54	1,3
2008	103	СУП ЛЕТНИЙ ОВОЩНОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	200	2	1,5	10,5	63	8,8
2012	292	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	70	9,9	9,9	5,8	152	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3	3,3	20,7	124	10,1
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,1	0,2	14,3	69	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	17,1	91	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	190	0,4	0,1	17,3	73	0
Итого			750	21,7	19,6	88,9	626	20,2
Полдник								
2008	435	КЕФИР	130	3,6	3,1	5	67	0,9
2008	10	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,7	4,9	36,9	207	0
Итого			180	7,3	8	41,9	274	0,9
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-РИСОВАЯ	170	13,1	10,9	18,6	247	0,4
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ №366	60	1,2	3,8	6,6	65	0,2
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	14	68	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,2	25	0
Итого			450	16,5	14,9	45,4	405	0,6
Всего				57,3	59,5	237,9	1752	29

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

Цена 179 руб.