

Согласовано



# МЕНЮ

10 июля 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ	160	4,5	6,1	22,2	163	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/9	2,3	8,3	15,5	146	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,9	2,4	12,6	84	0,5
<b>Итого</b>			<b>399</b>	<b>9,7</b>	<b>16,8</b>	<b>50,3</b>	<b>393</b>	<b>0,9</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	2
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008	22	ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ	50	0,5	2,1	1,8	29	12,1
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180/10/8	4,9	6,3	11,7	125	3,8
2008	129	РАГУ ОВОЩНОЕ	130	2,7	3,2	13,2	97	7,5
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	14,8	5,9	4,9	147	10,4
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
2008	402	КОМПОТ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,2	25	20
<b>Итого</b>			<b>678</b>	<b>26,2</b>	<b>17,9</b>	<b>59</b>	<b>525</b>	<b>53,8</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
<b>Итого</b>			<b>230</b>	<b>6,4</b>	<b>5,9</b>	<b>32,5</b>	<b>211</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,4	4,6	15,7	114	7,4
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	70	8,5	2,8	6,3	84	0,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,3	33	0
<b>Итого</b>			<b>440</b>	<b>14,1</b>	<b>7,6</b>	<b>50,4</b>	<b>326</b>	<b>8,2</b>
<b>Всего</b>				<b>56,9</b>	<b>48,3</b>	<b>202,3</b>	<b>1498</b>	<b>65,9</b>