

Согласовано



МЕНЮ

13 июня 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	184	КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ	160	4,5	6,2	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
Итого			399	9,7	16,9	50,3	393	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Итого			100	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,5	1,5	1,8	23	1,8
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180/10/8	4,9	6,3	11,7	126	3,8
2008	129	РАГУ ОВОЩНОЕ	125	2,5	3,2	12,8	95	7,2
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
Итого			673	26	17,3	58,6	518	43,2
Полдник								
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			230	6,4	5,9	32,5	211	1
Ужин								
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,4	4,6	15,7	114	7,4
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	70	8,6	2,8	6,3	85	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
Итого			440	14,2	7,6	50,4	327	8,2
Всего				56,8	47,8	201,9	1492	55,3