



МЕНЮ

3 мая 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ	160	5,6	7	26,2	189	0,6
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/12	5,5	10,2	18,5	189	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	10,6	77	0,5
Итого			420	14	19,7	55,3	455	1,2
II Завтрак								
2008	К/К	СОК	200					0
Итого			200					0
Обед								
2008	98	СУП ОВОЩНОЙ	180	6,3	5,9	17,4	150	18,6
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70	8,2	12		140	0
2008	323	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	130	4,6	2,3	20,6	120	0
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			6,6	26	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					0
Итого			610	19,1	20,2	44,6	436	18,6
Полдник								
2008		МОЛОКО	200	6,6	5,7	10,9	123	3
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	2,3	3,1	23,3	131	0
Итого			250	8,9	8,8	34,2	254	3
Ужин								
2008	50	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	50	5,4	6,9	10,3	125	4,76
2008	323	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,4	1,5	24,1	123	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200			6,4	26	0
Итого			420	8,8	8,4	40,8	274	4,76
Всего				50,8	57,1	174,9	1419	27,56

повар _____

Исхакова Г.Р. Бабрахинова Л.Н.