

МЕНЮ

21 марта 2024 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,82	5,67	25,79	174,18	0,43
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	32/6/4	3,91	7,73	18,27	158,74	0,02
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	4,57	3,85	14,85	113,37	0,82
Итого			442	13,30	17,25	58,91	446,29	1,27
Обед								
2008	47	САЛАТ ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ	75	5,80	0,55	12,99	82,34	2,28
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	8,63	13,83	17,83	234,90	5,95
2008	323	ГРЕЧКА ПО КУПЕЧЕСКИ	137	9,01	8,18	19,74	188,57	1,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	6,93	27,68	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,28	0,44	21,03	101,16	0,00
Итого			662	26,72	23,00	78,52	634,65	9,23
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	195	6,00	2,00	8,40	80,00	1,00
2008		ПРЯНИКИ	41	2,45	1,95	31,09	151,73	0,00
Итого			236	8,45	3,95	39,49	231,73	1,00
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	136	20,79	12,90	11,39	248,93	0,75
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,04	0,00	6,13	24,70	0,01
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,87	0,23	18,89	89,13	0,00
Итого			344	23,70	13,13	36,41	362,76	0,76
Всего				72,17	57,33	213,33	1 675,43	12,26

Отвественный за питание _____

Седова Кристина Илларионовна