

МЕНЮ

8 апреля 2024 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ НА СГ/МОЛОКЕ	200	3,12	4,63	33,47	188,16	0,08
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА СГ/МОЛОКЕ	200	1,36	1,48	13,17	71,56	0,07
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/4/6	3,46	5,67	15,25	126,25	0,02
Итого			440	7,94	11,78	61,89	385,97	0,17
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	21	0,58	1,77	1,21	22,95	0,77
2012	56	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	6,91	4,98	19,25	154,33	17,27
2008	321	СУФЛЕ ИЗ КУР (ПАРОВОЕ)	58	8,24	9,08	0,07	114,75	0,29
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	102	3,58	3,22	22,83	134,68	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	7,85	31,39	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3,05	0,40	19,50	93,82	0,00
Итого			627	22,36	19,45	70,71	551,92	18,33
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	156	4,40	3,79	7,28	81,97	0,81
2008		ВАФЛИ	25	0,71	0,84	19,58	89,67	0,00
Итого			181	5,11	4,63	26,86	171,64	0,81
Ужин								
2008	225	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА С ЯБЛОЧНЫМ ПЮРЕ	170/25	22,42	13,69	16,86	285,01	0,42
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	197	0,10	0,00	3,16	12,99	0,02
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,64	0,21	17,34	81,84	0,00
Итого			427	25,16	13,90	37,36	379,84	0,44
Всего				60,57	49,76	196,82	1 489,37	19,75

Отвественный за питание _____

Седова Кристина Илларионовна