



МЕНЮ

5 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,31	6,86	26,96	191,41	0,49
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,53	2,10	11,01	73,56	0,45
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	31/6/6	3,53	7,01	15,83	140,91	0,02
Итого			443	11,37	15,97	53,80	405,88	0,96
Обед								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	57	1,58	1,81	8,66	57,72	4,98
2012	75	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	6,46	12,50	14,39	199,62	6,12
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ С КУРИЦЕЙ	210	10,32	8,83	17,57	192,34	27,45
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	6,49	25,94	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	54	3,59	0,48	22,98	110,58	0,00
Итого			721	21,95	23,62	70,09	586,20	38,55
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	172	4,85	4,18	8,02	90,24	0,90
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	24	1,77	2,31	17,53	98,28	0,00
Итого			196	6,62	6,49	25,55	188,52	0,90
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	100/30	20,80	13,12	7,82	239,63	0,41
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	189	0,10	0,00	4,85	19,77	0,02
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3,12	0,25	20,53	96,90	0,00
Итого			360	24,02	13,37	33,20	356,30	0,43
Всего				63,96	59,45	182,64	1 536,90	40,84

Ответственный за питание _____

Седова Кристина Илларионовна