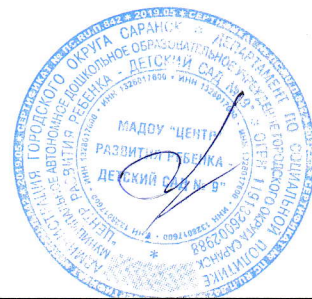


# МЕНЮ

11 марта 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША РИСОВАЯ НА СГ/МОЛОКЕ	200	3,17	6,04	33,69	201,89	0,08
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА СГ/МОЛОКЕ	200	1,27	1,39	12,24	66,63	0,07
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	38/6/6	4,09	7,26	19,64	160,57	0,02
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>8,53</b>	<b>14,69</b>	<b>65,57</b>	<b>429,09</b>	<b>0,17</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	129	0,65	0,13	13,06	55,60	2,59
<b>Итого</b>			<b>129</b>	<b>0,65</b>	<b>0,13</b>	<b>13,06</b>	<b>55,60</b>	<b>2,59</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	15	0,12	0,02	0,26	2,00	0,77
2008	83	ЩИ РЫБНЫЕ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	180	5,77	4,87	13,59	122,35	17,32
2008	323	ГРЕЧКА ПО КУПЕЧЕСКИ	168	10,32	10,90	19,94	218,87	0,62
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	7,06	28,23	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,23	0,43	20,69	99,53	0,00
<b>Итого</b>			<b>612</b>	<b>19,44</b>	<b>16,22</b>	<b>61,54</b>	<b>470,98</b>	<b>18,71</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	194	5,44	4,69	9,01	101,40	1,01
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	44	4,26	2,23	37,98	188,98	0,13
<b>Итого</b>			<b>238</b>	<b>9,70</b>	<b>6,92</b>	<b>46,99</b>	<b>290,38</b>	<b>1,14</b>
<b>Ужин</b>								
2008	225	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА С ЯБЛОЧНЫМ ПЮРЕ	171/25	21,83	13,95	16,09	282,31	0,44
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	183	0,10	0,00	2,89	11,96	0,02
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,83	0,23	18,60	87,76	0,00
<b>Итого</b>			<b>416</b>	<b>24,76</b>	<b>14,18</b>	<b>37,58</b>	<b>382,03</b>	<b>0,46</b>
<b>Всего</b>				<b>63,08</b>	<b>52,14</b>	<b>224,74</b>	<b>1 628,08</b>	<b>23,07</b>

Отвественный за питание \_\_\_\_\_

Седова Кристина Илларионовна