

МЕНЮ

11 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								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	4,75	5,11	20,80	148,85	0,45
к/к	к/к	КАКАО-НАПИТОК НА МОЛОКЕ	178	2,66	2,24	10,50	73,59	0,45
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	32/4	2,41	4,21	16,42	113,35	0,00
Итого			414	9,82	11,56	47,72	335,79	0,90
Обед								
2008		ТОМАТЫ СОЛЕННЫЕ	33	0,37	0,00	0,80	4,68	3,34
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	3,18	2,87	20,67	125,41	5,23
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	190	13,13	10,71	10,92	194,73	39,11
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	6,36	25,43	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,44	0,46	22,04	106,06	0,00
Итого			675	20,12	14,04	60,79	456,31	47,68
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	174	4,90	4,22	8,11	91,20	0,90
2012	460	БУЛОЧКА "ЗАВИТОК"	51	3,98	5,40	24,93	164,33	0,09
Итого			225	8,88	9,62	33,04	255,53	0,99
Ужин								
2012	245	РЫБА ПОД ОВОЩАМИ	73	8,49	2,74	1,39	64,42	0,67
2008	187	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	93	9,91	3,21	20,72	151,54	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	213	0,09	0,00	6,54	26,52	0,02
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,71	0,22	17,85	84,26	0,00
Итого			415	21,20	6,17	46,50	326,74	0,69
Всего				60,02	41,39	188,05	1 374,37	50,26

Ответственный за питание _____

Седова Кристина Илларионовна