



# МЕНЮ

11 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ	160	5,8	6,7	29,4	201	0,5
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ	40/8	2,9	7	18	146	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,9	2,4	11,1	79	0,5
<b>Итого</b>			<b>408</b>	<b>11,6</b>	<b>16,1</b>	<b>58,5</b>	<b>426</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО	150	0,3	0,3	7,8	38	8
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>7,8</b>	<b>38</b>	<b>8</b>
<b>Обед</b>								
2008	98	СУП "КРЕСТЬЯНСКИЙ" СО СМЕТАНОЙ	180	5,6	6,7	18,4	159	4,6
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	130	12	10,8	27,6	258	18,4
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			4,8	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					0
<b>Итого</b>			<b>540</b>	<b>17,6</b>	<b>17,5</b>	<b>50,8</b>	<b>436</b>	<b>23</b>
<b>Полдник</b>								
2008	435	РЯЖЕНКА	200	6	2	8,4	80	1
2008		ВАФЛИ	50	0,8	1	23,4	107	0
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>6,8</b>	<b>3</b>	<b>31,8</b>	<b>187</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	224	ТВОРОЖНО-РИСОВАЯ ЗАПЕКАНКА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/30	20,8	17,5	20,6	325	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200			4,7	19	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>20,8</b>	<b>17,5</b>	<b>25,3</b>	<b>344</b>	<b>0,5</b>
<b>Всего</b>				<b>57,1</b>	<b>54,4</b>	<b>174,2</b>	<b>1431</b>	<b>33,5</b>

повар \_\_\_\_\_

Исхакова Г.Р.Бабрахинова Л.Н.