

МЕНЮ

9 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	214	ОМЛЕТ ПАРОВОЙ	194	7,90	9,13	2,83	125,38	0,28
к/к	к/к	КАКАО-НАПИТОК НА МОЛОКЕ	183	3,97	3,38	15,43	108,98	0,69
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	26/6/6	2,71	6,22	14,61	125,41	0,01
Итого			415	14,58	18,73	32,87	359,77	0,98
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	124	0,50	0,50	12,15	58,28	12,40
Итого			124	0,50	0,50	12,15	58,28	12,40
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	14	0,11	0,01	0,23	1,78	0,69
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	4,28	4,23	13,39	113,81	14,16
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	166	3,94	4,33	28,58	169,51	14,11
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ ИНДЕЕК	43	8,42	8,14	1,44	122,77	6,24
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	12,09	48,33	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			653	20,06	17,15	76,93	558,18	35,20
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	178	5,00	4,31	8,26	93,01	0,92
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	23	1,71	2,24	17,01	95,31	0,00
Итого			201	6,71	6,55	25,27	188,32	0,92
Ужин								
2012	207	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	182	4,59	3,50	21,79	137,22	0,01
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	299	0,09	0,00	7,83	31,67	0,02
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,78	0,23	18,28	86,28	0,00
Итого			517	7,46	3,73	47,90	255,17	0,03
Всего				49,31	46,66	195,12	1 419,72	49,53

Ответственный за питание _____

Седова Кристина Илларионовна