



# МЕНЮ

24 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	160	5,2	6	27,4	186	0,5
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ	40/8	3,1	7	19,1	152	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,5	2,9	12	89	0,6
<b>Итого</b>			408	11,8	15,9	58,5	427	1,1
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	13,9	67	14,2
<b>Итого</b>			150	0,6	0,6	13,9	67	14,2
<b>Обед</b>								
2008	98	СУП "КРЕСТЬЯНСКИЙ" СО СМЕТАНОЙ	180	4,9	8,6	14,5	160	4
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	11,6	11,5	20,6	234	30,6
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			7,1	28	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					0
<b>Итого</b>			540	16,5	20,1	42,2	422	34,6
<b>Полдник</b>								
2008		МОЛОКО	200	5,8	5	9,6	108	2,6
2008		ВАФЛИ	50	0,9	1,1	25	114	0
<b>Итого</b>			250	6,7	6,1	34,6	222	2,6
<b>Ужин</b>								
2008	50	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	50	8	10,1	15,2	184	7
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,1	2,8	14,2	95	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200			6,6	26	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
<b>Итого</b>			420	11,1	12,9	36	305	7
<b>Всего</b>				46,7	55,6	185,2	1443	59,5

повар \_\_\_\_\_

Исхакова Г.Р. Бабрахинова Л.Н.