

МЕНЮ

8 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		
Завтрак								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ ШОКОЛАДНАЯ	200	5,91	6,38	23,24	175,17	0,60
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	190	2,25	1,94	15,34	88,34	0,42
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/7	1,96	6,29	11,84	111,97	0,00
Итого			427	10,12	14,61	50,42	375,48	1,02
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	170	0,85	0,17	17,17	73,10	3,40
Итого			170	0,85	0,17	17,17	73,10	3,40
Обед								
2008	92	СУП РЫБНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	200	4,81	6,06	2,24	86,46	0,92
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70	10,16	25,00	5,75	288,74	0,80
2008	129	ОВОЩИ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	105	2,02	6,36	8,25	105,72	7,58
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,05	0,01	11,79	48,42	0,96
2008		ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	39	2,60	0,35	16,67	80,22	0,00
Итого			594	19,64	37,78	44,70	609,56	10,26
Полдник								
2008	211	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ И ЯЙЦОМ	150	10,39	14,72	18,07	247,40	0,43
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00
Итого			330	10,39	14,72	29,69	293,84	0,43
Всего				41,00	67,28	141,98	1 351,98	15,11

_____ Мамонтова О.Ю.