

**МЕНЮ**

9 января 2025 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	112	МОЛОЧНАЯ ВЕРМИШЕЛЬ	200	5,73	6,73	29,01	200,31	0,68
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,11	0,00	13,11	52,86	0,02
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	2,92	6,96	17,74	145,52	0,00
<b>Итого</b>			<b>433</b>	<b>8,76</b>	<b>13,69</b>	<b>59,86</b>	<b>398,69</b>	<b>0,70</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,75	0,15	15,15	64,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15,15</b>	<b>64,50</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	99	СУП ОВОЩНОЙ С КУРОЙ	200	6,26	7,77	11,69	142,00	6,22
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70	10,41	25,04	7,17	295,76	0,56
2008	181	ГРЕЧА РАССЫПЧАТАЯ	110	4,45	4,36	20,14	137,47	0,00
2008	438	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	14,20	56,76	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	3,97	0,53	25,43	122,38	0,00
<b>Итого</b>			<b>620</b>	<b>25,09</b>	<b>37,70</b>	<b>78,63</b>	<b>754,37</b>	<b>6,78</b>
<b>Полдник</b>								
2008	444	БЛИНЫ С ВАРЕНЬЕМ	150/24	6,51	13,33	54,14	360,51	0,83
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,11	0,00	13,11	52,86	0,02
<b>Итого</b>			<b>359</b>	<b>6,62</b>	<b>13,33</b>	<b>67,25</b>	<b>413,37</b>	<b>0,85</b>
<b>Всего</b>				<b>41,22</b>	<b>64,87</b>	<b>220,89</b>	<b>1 630,93</b>	<b>11,33</b>

\_\_\_\_\_ Мамонтова О.Ю.