

МЕНЮ

13 января 2025 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 МАННАЯ	200	5,93	6,75	27,07	193,18	0,84
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,11	0,00	11,83	47,71	0,02
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	3,19	6,99	19,37	153,45	0,00
Итого			428	9,23	13,74	58,27	394,34	0,86
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	155	0,78	0,16	15,69	66,79	3,11
Итого			155	0,78	0,16	15,69	66,79	3,11
Обед								
2008	95	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ	200	5,91	8,64	8,06	134,48	10,06
2008	258	КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ С КУРОЙ	170	10,95	14,21	21,65	258,97	11,16
2021	2	САЛАТ " СВЕКОЛКА"	55	0,81	4,72	4,69	64,37	2,20
2008	394	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,25	0,06	20,14	82,47	0,00
2008		ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	60	3,97	0,53	25,43	122,38	0,00
Итого			665	21,89	28,16	79,97	662,67	23,42
Полдник								
2008	444	ОЛАДЬИ С ВАРЕНЬЕМ	150/25	10,33	13,84	84,01	498,60	1,06
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,11	0,00	13,11	52,86	0,02
Итого			355	10,44	13,84	97,12	551,46	1,08
Всего				42,34	55,90	251,05	1 675,26	28,47

_____ Мамонтова О.Ю.