

МЕНЮ

15 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		
Завтрак								
2008	112	МОЛОЧНАЯ ВЕРМИШЕЛЬ	200	5,02	6,04	28,52	189,03	0,52
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,59	1,65	11,18	66,04	0,12
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/8	4,59	9,26	16,75	169,44	0,06
Итого			436	11,20	16,95	56,45	424,51	0,70
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,22	3,64	6,98	78,57	0,78
2008	73	ГРЕНКИ	6	0,47	0,06	2,86	13,85	0,00
Итого			156	4,69	3,70	9,84	92,42	0,78
Обед								
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРОЙ	200	9,62	8,25	18,58	187,54	4,04
2008	312	КУРА ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ	70	11,38	13,24	1,83	176,34	1,11
2008	181	ГРЕЧА РАССЫПЧАТАЯ	110	4,70	4,42	21,22	143,35	0,00
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,05	0,01	13,07	53,57	0,96
2008		ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	60	3,97	0,53	25,43	122,38	0,00
Итого			620	29,72	26,45	80,13	683,18	6,11
Полдник								
2008	304	ГОЛУБЦЫ С КУРОЙ И РИСОМ, В СМЕТАННОМ СОУСЕ	180	11,49	12,88	16,75	231,48	15,43
2008		БАТОН	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,11	0,00	13,11	52,86	0,02
Итого			395	14,00	13,18	44,59	355,74	15,45
Всего				59,61	60,28	191,01	1 555,85	23,04

Мамонтова О.Ю.