

МЕНЮ

15 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		
Завтрак								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ	200	4,47	5,00	24,29	160,22	0,57
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	12,03	48,50	0,02
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И ЯЙЦОМ	40/6	5,70	7,74	19,28	169,86	0,00
Итого			426	10,27	12,74	55,60	378,58	0,59
II Завтрак								
2008		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	140	0,70	0,14	14,14	60,20	2,80
Итого			140	0,70	0,14	14,14	60,20	2,80
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ	200	6,18	8,46	9,93	141,15	7,29
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	70	10,32	26,41	4,97	299,38	1,20
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,35	3,62	27,76	161,19	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,83	47,30	0,00
2008		ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	60	3,97	0,53	25,43	122,38	0,00
Итого			630	24,82	39,02	79,92	771,40	8,49
Полдник								
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	65	10,33	5,75	6,29	118,41	0,48
2008	181	РИС РАССЫПЧАТЫЙ	100	2,39	2,56	25,14	133,21	0,00
2008		ХЛЕБ, БАТОН	60	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,10	0,00	12,03	48,50	0,02
Итого			410	15,22	8,61	58,19	371,52	0,50
Всего				51,01	60,51	207,85	1 581,70	12,38

Мамонтова О.Ю.