

МЕНЮ

16 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	224	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ СО СГУЩЁНЫМ МОЛОКОМ	150/20	28,32	21,77	41,93	482,07	0,37
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,11	1,82	15,32	86,59	0,39
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/6	3,19	5,43	19,42	139,57	0,00
Итого			396	33,62	29,02	76,67	708,23	0,76
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	130	3,84	3,31	6,35	71,51	0,71
2008	73	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	10	0,78	0,10	4,76	23,09	0,00
Итого			140	4,62	3,41	11,11	94,60	0,71
Обед								
2008	95	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ, СМЕТАНОЙ	200	7,63	10,51	8,27	160,94	10,21
2008	258	КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ С КУРОЙ	170	14,08	16,35	21,72	290,87	11,33
2021	2	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40	0,58	3,37	3,41	46,24	1,60
2008	441	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,13	0,09	13,80	57,75	1,61
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,97	0,53	25,43	122,38	0,00
Итого			650	26,39	30,85	72,63	678,18	24,75
Полдник								
2008	184	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ	180	6,23	8,27	33,96	235,84	0,57
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,00	0,00	11,83	47,30	0,00
2008		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
2008		СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	128	0,51	0,51	12,56	60,23	12,81
Итого			523	8,99	11,72	80,67	468,47	13,38
Всего				73,62	75,00	241,08	1 949,48	39,60

Мамонтова О.Ю.