

МЕНЮ

17 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	200	6,84	7,04	30,11	212,08	0,68
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,11	0,00	12,88	51,90	0,02
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	2,75	6,68	16,68	138,07	0,00
Итого			428	9,70	13,72	59,67	402,05	0,70
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,22	4,66	6,84	87,30	0,78
2008		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
Итого			180	5,99	6,07	29,34	197,10	0,78
Обед								
2008	99	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КУРОЙ	200	5,34	8,20	6,89	123,28	7,35
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	70	9,90	24,45	6,91	287,48	0,52
2008	181	РИС РАССЫПЧАТЫЙ	110	2,73	3,85	29,14	162,39	0,00
2008	438	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,05	0,01	12,84	52,65	2,40
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	3,97	0,53	25,43	122,38	0,00
Итого			620	21,99	37,04	81,21	748,18	10,27
Полдник								
2008	211	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ И ЯЙЦОМ	150	12,49	16,24	26,91	304,77	0,35
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,11	0,00	12,88	51,90	0,02
2008	439	СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	128	0,51	0,51	12,54	60,15	12,80
Итого			458	13,11	16,75	52,33	416,82	13,17
Всего				50,79	73,58	222,55	1 764,15	24,92

Мамонтова О.Ю.