

МЕНЮ

19 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 "ГЕРКУЛЕС"	200	6,57	6,41	32,37	214,11	0,56
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	11,49	45,96	0,00
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/6	2,78	5,50	16,93	128,56	0,00
Итого			426	9,35	11,91	60,79	388,63	0,56
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,42	3,81	7,32	82,41	0,82
2008	73	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	8	0,58	0,08	3,57	17,31	0,00
Итого			158	5,00	3,89	10,89	99,72	0,82
Обед								
2008	76	БОРЩ С КУРОЙ, СМЕТАНОЙ	200	6,09	9,44	10,84	158,16	6,74
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	65	10,37	5,78	6,39	119,21	0,48
2008	124	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	120	4,35	4,09	23,48	148,87	10,66
2008	19	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	40	0,67	3,79	3,96	53,04	13,99
2008	438	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,49	45,96	0,00
2008		ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	60	3,97	0,53	25,43	122,38	0,00
Итого			665	25,45	23,63	81,59	647,62	31,87
Полдник								
2008	184	КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	6,47	5,53	30,18	197,02	0,56
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого			390	8,72	8,47	62,18	360,82	0,56
Всего				48,52	47,90	215,45	1 496,79	33,81

_____ Мамонтова О.Ю.