

**МЕНЮ**

20 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ	200	4,91	6,34	24,94	176,96	0,68
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,11	0,00	12,88	51,90	0,02
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/7	4,37	8,74	16,68	163,51	0,05
<b>Итого</b>			<b>435</b>	<b>9,39</b>	<b>15,08</b>	<b>54,50</b>	<b>392,37</b>	<b>0,75</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,22	4,66	6,84	87,30	0,78
2008	73	ГРЕНКИ	6	0,40	0,05	2,53	12,16	0,00
<b>Итого</b>			<b>156</b>	<b>4,62</b>	<b>4,71</b>	<b>9,37</b>	<b>99,46</b>	<b>0,78</b>
<b>Обед</b>								
2008	85	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КУРОЙ	200	5,31	9,20	7,17	133,04	3,63
2008	311	ПЛОВ С КУРОЙ	180	10,60	11,83	27,43	258,98	1,03
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,46	0,17	18,59	86,49	50,19
2008		ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	60	3,97	0,53	25,43	122,38	0,00
<b>Итого</b>			<b>620</b>	<b>20,34</b>	<b>21,73</b>	<b>78,62</b>	<b>600,89</b>	<b>54,85</b>
<b>Полдник</b>								
2008	258	КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ С КУРОЙ	170	12,62	15,93	21,71	281,38	11,27
2021	2	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	55	0,80	4,66	4,68	63,82	2,19
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,11	0,00	12,88	51,90	0,02
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>13,53</b>	<b>20,59</b>	<b>39,27</b>	<b>397,10</b>	<b>13,48</b>
<b>Всего</b>				<b>47,88</b>	<b>62,11</b>	<b>181,76</b>	<b>1 489,82</b>	<b>69,86</b>

Мамонтова О.Ю.