

МЕНЮ

22 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	189	КАША МОЛОЧНАЯ ШОКОЛАДНАЯ	200	5,73	5,70	22,95	167,20	0,57
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,22	1,82	15,34	87,17	0,41
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/6	2,75	5,29	16,74	125,80	0,00
Итого			426	10,70	12,81	55,03	380,17	0,98
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,75	0,15	15,15	64,50	3,00
Итого			150	0,75	0,15	15,15	64,50	3,00
Обед								
2008	92	СУП РЫБНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	200	5,53	5,39	8,46	107,28	4,11
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70	10,39	25,03	7,17	295,54	0,56
2008	129	ОВОЩИ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	1,92	5,11	8,06	91,27	7,32
2008	401	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,10	0,06	13,08	54,18	1,20
2008		ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	60	3,97	0,53	25,43	122,38	0,00
Итого			610	21,91	36,12	62,20	670,65	13,19
Полдник								
2008	211	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ И ЯЙЦОМ	150	11,41	13,44	30,41	289,23	0,39
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,11	0,00	11,83	47,71	0,02
Итого			330	11,52	13,44	42,24	336,94	0,41
Всего				44,88	62,52	174,62	1 452,26	17,58

_____ Мамонтова О.Ю.