

МЕНЮ

24 января 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	200	5,50	6,27	35,04	219,49	0,68
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,19	0,00	12,86	52,17	0,04
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	3,25	8,06	19,71	164,66	0,00
Итого			428	8,94	14,33	67,61	436,32	0,72
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,22	4,66	6,84	87,30	0,78
2008	73	ГРЕНКИ	6	0,45	0,06	2,72	13,18	0,00
Итого			156	4,67	4,72	9,56	100,48	0,78
Обед								
2008	92	СУП РЫБНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	200	6,27	7,13	8,61	127,43	4,15
2008	290	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	10,27	7,84	9,75	164,29	6,65
2008	258	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	2,15	3,86	17,43	113,29	8,80
2021	2	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	55	0,81	4,34	4,71	61,01	2,21
2008	438	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,09	0,07	15,64	64,40	1,13
2008		ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	60	3,97	0,53	25,43	122,38	0,00
Итого			675	23,56	23,77	81,57	652,80	22,94
Полдник								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ	180	6,52	8,39	32,45	232,26	0,68
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	12,65	50,96	0,02
2008		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
2008		СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	118	0,47	0,47	11,58	55,54	11,82
Итого			508	8,86	10,27	79,18	448,56	12,52
Всего				46,03	53,09	237,92	1 638,16	36,96

Мамонтова О.Ю.