

МЕНЮ

25 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ 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 "ГЕРКУЛЕС"	200	5,95	6,77	29,19	202,08	0,57
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/6/8	4,74	7,63	17,73	159,24	0,06
Итого			434	10,69	14,40	58,54	407,76	0,63
II Завтрак								
2008		СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	138	0,55	0,55	13,51	64,80	13,79
Итого			138	0,55	0,55	13,51	64,80	13,79
Обед								
2008	89	РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	7,55	10,68	9,58	169,44	5,15
2008	290	ПЕЧЕНЬ ТУШЁНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	70	9,09	7,33	1,99	126,04	7,16
2008	124	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	120	4,34	4,21	23,50	150,07	10,68
2008	19	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40	0,60	4,04	3,52	52,76	4,00
2008	438	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,14	0,02	13,35	56,60	2,43
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,97	0,53	25,43	122,38	0,00
Итого			670	25,69	26,81	77,37	677,29	29,42
Полдник								
2008	221	СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ СО СГУЩЁНЫМ МОЛОКОМ	150/20	27,93	20,86	65,02	563,88	0,34
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00
Итого			350	27,93	20,86	76,64	610,32	0,34
Всего				64,86	62,62	226,06	1 760,17	44,18

Мамонтова О.Ю.