

МЕНЮ

29 января 2025 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	112	МОЛОЧНАЯ ВЕРМИШЕЛЬ	200	5,02	6,04	28,52	189,03	0,52
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,19	0,00	12,03	48,85	0,04
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/8	4,59	9,26	16,75	169,44	0,06
Итого			436	9,80	15,30	57,30	407,32	0,62
II Завтрак								
2008		СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	97	1,46	0,49	20,38	93,19	9,71
Итого			97	1,46	0,49	20,38	93,19	9,71
Обед								
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРОЙ	200	9,62	8,25	18,58	187,54	4,04
2008	312	КУРА ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	70	11,38	13,24	1,83	176,34	1,11
2008	181	ГРЕЧА РАССЫПЧАТАЯ	110	4,70	4,42	21,22	143,35	0,00
2008	401	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,14	0,10	15,18	63,74	1,85
2008		ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	60	3,97	0,53	25,43	122,38	0,00
Итого			620	29,81	26,54	82,24	693,35	7,00
Полдник								
2008	304	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	11,49	12,88	16,75	231,48	15,43
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,11	0,00	13,11	52,86	0,02
Итого			365	11,60	12,88	29,86	284,34	15,45
Всего				52,67	55,21	189,78	1 478,20	32,78

Мамонтова О.Ю.