

МЕНЮ

31 января 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	200	6,91	7,33	30,38	215,89	0,68
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	13,10	52,79	0,02
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	2,77	7,21	16,85	143,63	0,00
Итого			428	9,78	14,54	60,33	412,31	0,70
II Завтрак								
2008		СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	84	1,26	0,42	17,64	80,64	8,40
Итого			84	1,26	0,42	17,64	80,64	8,40
Обед								
2008	99	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КУРОЙ	200	4,74	7,78	3,20	102,26	7,26
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	70	9,97	24,08	6,99	284,54	0,50
2008	181	РИС РАССЫПЧАТЫЙ	110	2,71	3,81	28,86	160,78	0,00
2008	438	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,14	0,10	15,18	63,66	3,28
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	3,97	0,53	25,43	122,38	0,00
Итого			620	21,53	36,30	79,66	733,62	11,04
Полдник								
2008	211	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ И ЯЙЦОМ	150	12,27	16,62	26,65	306,03	0,35
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,10	0,00	13,10	52,79	0,02
Итого			335	12,37	16,62	39,75	358,82	0,37
Всего				44,94	67,88	197,38	1 585,39	20,51

Мамонтова О.Ю.