



МЕНЮ

21 мая 2024 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								
2012	413	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	5,3	7,8	22,7	182	0,4
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,6	2,1	10,2	71	0,4
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	4	8,2	15,3	152	0
Итого			443	11,9	18,1	48,2	405	0,8
Обед								
2008	104	СУП С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/11	9,8	8,5	29,9	240	12,1
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	200	9	8,5	5,5	136	17,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,7	0,4	17,2	83	0
Итого			661	21,5	17,4	60,4	490	29,6
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,9	5,1	9,8	111	1,1
2008		ВАФЛИ	20	0,6	0,7	17,1	79	0
Итого			220	6,5	5,8	26,9	190	1,1
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ	150	16,8	15,1	18,8	281	0,3
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	50			12,2	49	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,8	0,1	12,1	57	0
Итого			450	18,7	15,2	50,2	416	0,3
Всего				58,6	56,5	185,7	1501	31,8

Повар _____