



МЕНЮ

22 мая 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	4,3	6,1	25,9	176	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,7	2,2	10,8	74	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	3,7	7	14	134	0
Итого			443	10,7	15,3	50,7	384	1
Обед								
2008	100	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И СМЕТАНОЙ	200/11	5,5	6,3	16	147	4,2
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,7	16,8	120	8
2008		БИТОЧКИ ИЗ КУР	70	11	11,8	3,8	166	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,7	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,5	0,3	16,3	79	0
Итого			661	21,7	23,1	59,6	539	12,9
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,1	4,5	8,5	96	1
2012	473	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	4,5	2,9	38,5	199	0
Итого			260	9,6	7,4	47	295	1
Ужин								
2012	33	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	50	1,2	0,8	7	40	3,3
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	150	7,3	7,5	1	100	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,8	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,2	0,2	14,7	70	0
Итого			450	10,8	8,5	30,5	242	3,5
Всего				52,8	54,3	187,8	1460	18,4

Повар _____