

Согласовано



МЕНЮ

1 октября 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	4,8	6,6	23,3	172	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	10,6	78	0,5
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/7/6	3,8	2	14,8	93	0
Итого			443	11,5	11,1	48,7	343	1
Обед								
2008	94	СУП ПОЛЕВОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ СО СМЕТАНОЙ	200/11	5,4	8,3	9,7	138	4,8
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	200	9,8	10,6	20,7	217	10,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			5,8	23	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3	0,4	19,2	93	0
Итого			661	18,2	19,3	55,4	471	15,6
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПРЯНИКИ	30	1,8	1,4	22,5	110	0
Итого			230	7,4	6,3	31,8	215	1
Ужин								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	21,4	18,1	23,2	345	0,3
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	50			11,5	46	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,9	0,2	19,1	90	0
Итого			450	24,4	18,3	62,8	517	0,3
Всего				61,5	55	198,7	1546	17,9

Повар