



## МЕНЮ

2 сентября 2024 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	2,5	2,3	0,1	31	0
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	160	4,9	4,6	30,7	184	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		10	40	0
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	3,9	7,8	15,7	149	0
<b>Итого</b>			<b>443</b>	<b>11,4</b>	<b>14,7</b>	<b>56,5</b>	<b>404</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/11	5,2	7,9	10,4	138	12,2
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	10,6	15,6	33,6	316	0,9
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,6	0,3	16,7	81	0
<b>Итого</b>			<b>661</b>	<b>18,4</b>	<b>23,8</b>	<b>67,5</b>	<b>562</b>	<b>13,1</b>
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	479	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	60	5,9	4,3	34,5	199	0,1
<b>Итого</b>			<b>260</b>	<b>11,5</b>	<b>9,2</b>	<b>43,8</b>	<b>304</b>	<b>1,1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	5,5	6,2	21,4	164	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,9	2,4	12,1	83	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,5	0,2	16,5	78	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>10,9</b>	<b>8,8</b>	<b>50</b>	<b>325</b>	<b>1</b>
<b>Всего</b>				<b>52,2</b>	<b>56,5</b>	<b>217,8</b>	<b>1595</b>	<b>15,2</b>

Повар Мор