



МЕНЮ

6 февраля 2025 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		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	4,5	5,9	26,4	177	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	10,5	76	0,5
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/6	3,9	2	15,6	97	0
Итого			436	11,3	10,4	52,5	350	1
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С КУРИЦЕЙ	200	5,5	5,8	13,3	129	13,7
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,1	18,3	122	8,9
2008	286	ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ	70	10,3	11,3	4,4	160	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3	0,4	19	91	0
Итого			650	21,5	21,6	60,8	525	23,3
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ	200			12,5	50	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,7	0,1	11,5	54	0
Итого			230	1,7	0,1	24	104	0
Ужин								
2008		ОГУРЦЫ СОЛЁНЫЕ	50	0,3		0,6	5	1,8
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	150	10,1	3,9	21	160	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,9	0,2	19,2	91	0
Итого			450	13,4	4,1	47,9	285	1,8
Всего				47,9	36,2	185,2	1264	26,1

Повар _____