

Согласовано



МЕНЮ

6 декабря 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ | 200 | 4,8 | 5,8 | 22,2 | 160 | 0,5 |
| 2012 | 397 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 2,9 | 2,5 | 10,5 | 76 | 0,5 |
| 2012 | | БАТОН С СЫРОМ | 30/0/6 | 3,5 | 2 | 12,8 | 83 | 0 |
| Итого | | | 436 | 11,2 | 10,3 | 45,5 | 319 | 1 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 1 | 0,2 | 19,8 | 86 | 4 |
| Итого | | | 200 | 1 | 0,2 | 19,8 | 86 | 4 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 99 | СУП С ГОРОХОМ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ | 200/11 | 7,1 | 7 | 14,3 | 151 | 4,2 |
| 2008 | 346 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ | 200 | 10,1 | 9,6 | 8,6 | 162 | 28,1 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | | | 6,8 | 27 | 0 |
| 2008 | К/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 50 | 2,3 | 0,3 | 14,6 | 70 | 0 |
| Итого | | | 661 | 19,5 | 16,9 | 44,3 | 410 | 32,3 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ | 200 | | | 14,4 | 58 | 0 |
| 2008 | | ПРЯНИКИ | 30 | 1,8 | 1,4 | 22,5 | 110 | 0 |
| Итого | | | 230 | 1,8 | 1,4 | 36,9 | 168 | 0 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2012 | 93 | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 200 | 4,4 | 5 | 18,8 | 138 | 0,5 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,1 | | 6,1 | 25 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 2,6 | 0,2 | 17 | 80 | 0 |
| Итого | | | 450 | 7,1 | 5,2 | 41,9 | 243 | 0,5 |
| Всего | | | | 40,6 | 34 | 188,4 | 1226 | 37,8 |

Повар Смак