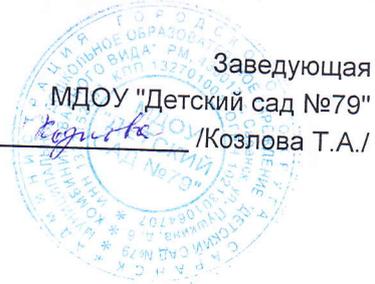


Согласовано



# МЕНЮ

10 июня 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	2,5	2,2	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		ХЛЕБ С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	4,1	7,7	18,2	159	0
<b>Итого</b>			<b>443</b>	<b>11,6</b>	<b>14,5</b>	<b>59</b>	<b>414</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>19,8</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ	200	5	6,9	10,3	124	13,1
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	10,8	15,6	34,7	322	1,4
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	4,2	0,6	27	130	0
<b>Итого</b>			<b>650</b>	<b>20</b>	<b>23,1</b>	<b>78,8</b>	<b>603</b>	<b>14,5</b>
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	479	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	60	6	4,3	34,5	200	0,1
<b>Итого</b>			<b>260</b>	<b>11,6</b>	<b>9,2</b>	<b>43,8</b>	<b>305</b>	<b>1,1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	5,6	6,3	21,6	167	0,6
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3	2,5	12,3	85	0,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,6	0,4	30,1	142	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>13,2</b>	<b>9,2</b>	<b>64</b>	<b>394</b>	<b>1,2</b>
<b>Всего</b>				<b>57,4</b>	<b>56,2</b>	<b>265,4</b>	<b>1802</b>	<b>20,8</b>

Повар