



МЕНЮ

12 сентября 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		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ	200	5,5	7	25,5	188	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,8	2,4	10,4	76	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	3,9	7,8	15,4	148	0
Итого			443	12,2	17,2	51,3	412	1
Обед								
2008	104	СУП С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/11	6,6	8	14,2	158	5,4
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,9	3,8	30,7	177	0
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70	9,4	5,7	3,1	112	7,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200			8,9	36	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,5	0,5	22,5	108	0
Итого			661	24,4	18	79,4	591	13,5
Полдник								
2008		СНЕЖОК	200	5,6	4,8	7,7	102	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,8	0,1	11,8	56	0
Итого			230	7,4	4,9	19,5	158	0
Ужин								
2012	234	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	17,4	15,7	22,6	303	0,3
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	50			11,5	46	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3	0,2	19,6	93	0
Итого			450	20,5	15,9	61,8	474	0,3
Всего				64,5	56	212	1635	14,8

Повар Маш