



# МЕНЮ

13 ноября 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ	200	5,5	6,2	25,6	181	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,8	2,3	12	81	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ	30/7/6	2,6	6,1	15,9	129	0
<b>Итого</b>			<b>443</b>	<b>10,9</b>	<b>14,6</b>	<b>53,5</b>	<b>391</b>	<b>1</b>
<b>Обед</b>								
2008	100	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200/11	5,3	6,9	14	142	4,3
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,5	4,7	24,9	163	0
2012	310	ГУЛЯШ КУРИНЫЙ	70	7,6	8,1	2,7	115	0,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,9	0,4	18,5	89	0
<b>Итого</b>			<b>661</b>	<b>21,3</b>	<b>20,1</b>	<b>66,9</b>	<b>536</b>	<b>5,2</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	473	УГОЛОК С ПОВИДЛОМ	60	6	3,4	45,9	238	0,1
<b>Итого</b>			<b>260</b>	<b>11,6</b>	<b>8,3</b>	<b>55,2</b>	<b>343</b>	<b>1,1</b>
<b>Ужин</b>								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	1	3,2	26	8,1
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	150	8	7,3	1	103	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,5	0,2	16,4	77	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>11,4</b>	<b>8,5</b>	<b>27,7</b>	<b>235</b>	<b>8,3</b>
<b>Всего</b>				<b>55,2</b>	<b>51,5</b>	<b>203,3</b>	<b>1505</b>	<b>15,6</b>

Повар Лодина