



МЕНЮ
14 января 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	413	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	5,1	6,6	21,7	168	0,4
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,5	2,1	9,9	70	0,4
2012		БАТОН С МАСЛОМ	30/7	1,8	6	11	105	0
Итого			437	9,4	14,7	42,6	343	0,8
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5,3	5,9	15,4	136	4,2
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,1	18,3	122	8,9
2008		БИТОЧКИ ИЗ КУР	70	11,1	12,1	3,5	167	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,3	0,3	14,7	71	0
Итого			650	21,4	22,4	57,7	519	13,8
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПРЯНИКИ	30	1,8	1,4	22,5	110	0
Итого			230	7,4	6,3	31,8	215	1
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ	150	16,1	14,2	13,1	248	0,3
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	50			7,8	31	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,1	25	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,2	0,2	14,5	68	0
Итого			450	18,4	14,4	41,5	372	0,3
Всего				56,6	57,8	173,6	1449	15,9

Повар Ларич