



МЕНЮ

15 октября 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	6,6	22,3	168	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	10,6	78	0,5
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/6	3,9	2	15,5	97	0
Итого			436	11,6	11,1	48,4	343	1
Обед								
2008	94	СУП ПОЛЕВОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ СО СМЕТАНОЙ	200/11	5,4	7,4	9,7	130	4,8
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	200	9,8	9,6	20,7	208	10,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			5,8	23	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,4	0,5	21,8	105	0
Итого			661	18,6	17,5	58	466	15,6
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								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	22,3	17,7	23,3	346	0,3
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	50			11,5	46	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,1	0,2	20,1	95	0
Итого			450	25,5	17,9	63,9	523	0,3
Всего				63,1	52,8	202,1	1547	17,9

Повар Атфу