



МЕНЮ

21 февраля 2025 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 | 190 | КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" | 200 | 4,7 | 5,7 | 25,5 | 173 | 0,4 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 200 | 0,1 | | 7,4 | 30 | 0 |
| 2012 | | БАТОН С СЫРОМ | 30/0/6 | 4,1 | 2 | 16,4 | 100 | 0 |
| Итого | | | 436 | 8,9 | 7,7 | 49,3 | 303 | 0,4 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 76 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С КУРИЦЕЙ | 200 | 5,6 | 5,8 | 13,3 | 129 | 13,8 |
| 2012 | 321 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 130 | 2,7 | 4,3 | 17,2 | 119 | 8,2 |
| 2008 | | БИТОЧКИ ИЗ КУР | 70 | 10,2 | 11,4 | 3,5 | 156 | 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 | 20,8 | 21,8 | 54,5 | 498 | 22,7 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ | 200 | | | 13,4 | 54 | 0 |
| 2012 | 479 | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ | 60 | 6 | 3,5 | 34,4 | 191 | 0,1 |
| Итого | | | 260 | 6 | 3,5 | 47,8 | 245 | 0,1 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2012 | 53 | ИКРА КАБАЧКОВАЯ | 40 | 0,7 | 3,2 | 2,8 | 43 | 1 |
| | | ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ | 160 | 10,1 | 3,9 | 21 | 160 | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,1 | | 7,1 | 29 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 2,7 | 0,2 | 17,6 | 83 | 0 |
| Итого | | | 450 | 13,6 | 7,3 | 48,5 | 315 | 1 |
| Всего | | | | 49,3 | 40,3 | 200,1 | 1361 | 24,2 |

Повар _____