



# МЕНЮ

22 августа 2024 г.

## Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	4,5	6,7	26,5	185	0,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	3,9	7,8	15,5	148	0
<b>Итого</b>			<b>443</b>	<b>8,5</b>	<b>14,5</b>	<b>49,1</b>	<b>362</b>	<b>0,5</b>
<b>Обед</b>								
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200/11	5,4	8,1	15,4	159	4,4
2008	309	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	200	9,2	10,3	10,8	173	12,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,1	0,4	20,1	97	0
<b>Итого</b>			<b>661</b>	<b>17,7</b>	<b>18,8</b>	<b>54,1</b>	<b>460</b>	<b>17,3</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ЙОГУРТ	200	5,1	4,5	8,1	102	1,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,8	0,1	11,6	55	0
<b>Итого</b>			<b>230</b>	<b>6,9</b>	<b>4,6</b>	<b>19,7</b>	<b>157</b>	<b>1,3</b>
<b>Ужин</b>								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/20	20,1	17,5	28,3	355	0,3
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	10,6	77	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,9	0,2	19,4	91	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>25,9</b>	<b>20,2</b>	<b>58,3</b>	<b>523</b>	<b>0,8</b>
<b>Всего</b>				<b>59</b>	<b>58,1</b>	<b>181,2</b>	<b>1502</b>	<b>19,9</b>

Повар 