



**МЕНЮ**  
22 ноября 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	4,8	5,8	22,4	161	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	10,7	78	0,5
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/6	3,7	2	13,9	89	0
Итого			436	11,4	10,3	47	328	1
<b>Обед</b>								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ	200/11	5,3	7	14,1	144	4,2
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	200	10,1	9,6	8,6	162	28
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008	К/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,9	0,4	18,4	89	0
Итого			661	18,3	17	47,9	422	32,2
<b>Полдник</b>								
2008	411	КИСЕЛЬ	200			11,5	46	0
2008		ВАФЛИ	25	0,7	0,8	19,3	89	0
Итого			225	0,7	0,8	30,8	135	0
<b>Ужин</b>								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,4	5,8	19	147	0,5
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,6	0,2	16,9	80	0
Итого			450	7,1	6	43	256	0,5
Всего				37,5	34,1	168,7	1141	33,7

Повар 