



МЕНЮ

25 октября 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	4,4	5,5	21,7	154	0,4
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,5	2,2	10	71	0,4
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/6	3,6	2	13,7	88	0
Итого			436	10,5	9,7	45,4	313	0,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86	4
Итого			200	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ	200/11	5,3	7	14	143	4,2
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	200	10,3	10,4	8,6	171	29,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008	К/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,5	0,3	16,1	78	0
Итого			661	18,1	17,7	45,5	419	34
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	469	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	8	4,4	34	207	0
Итого			260	13,6	9,3	43,3	312	1
Ужин								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	3,9	4,6	17,1	126	0,4
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,5	0,2	16,5	78	0
Итого			450	6,5	4,8	40,7	233	0,4
Всего				49,7	41,7	194,7	1363	40,2

Повар _____