



МЕНЮ

27 августа 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	413	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	5,4	7,8	22,3	182	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,8	2,5	10,5	76	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	3,8	7,8	14,9	145	0
Итого			443	12	18,1	47,7	403	1
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	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С КУРИЦЕЙ	200	5,8	5,8	14,7	136	14,4
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	200	10	10,6	22,1	224	11,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,2	0,4	20,7	100	0
Итого			650	19	16,8	65,3	491	25,8
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	35	2,6	3,4	26	146	0
Итого			235	8,2	8,3	35,3	251	1
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ	150	22,1	19	19,8	342	0,3
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	50			11,5	46	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3	0,2	19,7	93	0
Итого			450	25,2	19,2	58,1	510	0,3
Всего				65,4	62,6	226,2	1741	32,1

Повар Козлова Т.А.