



МЕНЮ

28 февраля 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ 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	5,1	21	147	0,4
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,1		7,4	30	0
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/6	2,9	1,9	9	65	0
Итого			436	7	7	37,4	242	0,4
Обед								
2008	99	СУП С ГОРОХОМ И КУРИЦЕЙ	200	6,9	6	14	138	4,2
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	200	9,2	8,9	8,1	152	26,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			5,8	23	0
2008	К/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,5	0,3	16,2	78	0
Итого			650	18,6	15,2	44,1	391	30,6
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	479	БУЛОЧКА С ИЗЮМОМ	60	5,5	3	37,6	199	0
Итого			260	11,1	7,9	46,9	304	1
Ужин								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	40	0,5		1,1	6	0,6
2012	249	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	5,7	10,3	1,7	123	0,2
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,4	0,2	15,6	74	0
Итого			450	8,7	10,5	25,5	232	0,8
Всего				45,4	40,6	153,9	1169	32,8

Повар

Ладун