



МЕНЮ

28 марта 2025 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	5	5,2	21,6	154	0,6
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,1	2,7	10,9	82	0,6
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/6	3,9	2	15,1	94	0
Итого			436	12	9,9	47,6	330	1,2
Обед								
2008	99	СУП С ГОРОХОМ И КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200/11	7,1	7,1	14,3	153	4,2
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	200	9,3	8,9	8	152	26,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			5,8	23	0
2008	К/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3	0,4	19,4	93	0
Итого			661	19,4	16,4	47,5	421	30,7
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	469	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	9,4	7	33,5	236	0,2
Итого			260	15	11,9	42,8	341	1,2
Ужин								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	40	0,6		1,4	8	0,8
2012	249	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	6,7	10,4	3,3	134	0,3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,1	25	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,1	0,3	20,5	97	0
Итого			450	10,5	10,7	31,3	264	1,1
Всего				56,9	48,9	169,2	1356	34,2

Повар