



МЕНЮ

30 июля 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		
Завтрак								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,1	6,4	18,4	148	0,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/6	3,9	7,8	15,2	147	0
Итого			443	8,1	14,2	41,7	327	0,5
Обед								
2008	94	СУП ПОЛЕВОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ СО СМЕТАНОЙ	200/11	5,4	8,6	9,8	141	4,8
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,8	5,2	17,2	127	8,2
2008		БИТОЧКИ ИЗ КУР	70	11,1	13,1	4	178	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,6	0,4	16,9	81	0
Итого			661	21,9	27,3	55,7	558	13,7
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
Итого			230	7,9	7,8	31,6	230	1
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ	150	15,5	14,7	16,7	263	0,2
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	50			7,8	31	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,6	2,3	11,1	76	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	0,2	17,7	84	0
Итого			450	20,8	17,2	53,3	454	0,7
Всего				58,7	66,5	182,3	1569	15,9

Повар _____

Сидя