



МЕНЮ

31 января 2025 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								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	4,4	4,6	20,6	141	0,4
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,5	2,1	9,9	69	0,4
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/6	3,4	2	12,5	82	0
Итого			436	10,3	8,7	43	292	0,8
Обед								
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА К/Б	200	4,7	4,4	15,1	120	4,4
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	200	8,6	7,9	17,1	175	8,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			5,8	23	0
2008	К/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,7	0,4	17,2	83	0
Итого			650	16	12,7	55,2	401	13,2
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПРЯНИКИ	35	2,1	1,6	26,3	128	0
Итого			235	7,7	6,5	35,6	233	1
Ужин								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	50	0,5		1,1	7	0,7
2012	249	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	5,2	9	1,6	109	0,2
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,1	25	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,2	14,8	70	0
Итого			450	8,1	9,2	23,6	211	0,9
Всего				42,1	37,1	157,4	1137	15,9

Повар

Ладина