



МЕНЮ

12 ноября 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								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	4,8	5,8	22,4	161	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	10,7	78	0,5
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/6	3,9	2	15,2	95	0
Итого			436	11,6	10,3	48,3	334	1
Обед								
2012	85	СУП С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ	200/11	6,4	7,5	18,1	168	3,9
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНый С КУРИЦЕЙ	200	9,8	9,6	20,8	209	10,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			5,8	23	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3	0,4	19,5	94	0
Итого			661	19,2	17,5	64,2	494	14,8
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПРЯНИКИ	30	1,8	1,4	22,5	110	0
Итого			230	7,4	6,3	31,8	215	1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/20	21	16,2	28	347	0,3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	0,2	17,5	83	0
Итого			450	23,8	16,4	52,6	459	0,3
Всего				62	50,5	196,9	1502	17,1

Повар

Маш