

МЕНЮ

10 января 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	7,4	9,7	17,3	159	0
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	7,4	10	26,1	211	0,8
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,9	2,4	4,6	50	0,5
Итого			420	17,7	22,1	48	420	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	1	0,2	17,8	78	0
Итого			180	1	0,2	17,8	78	0
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,8	2,9	1,5	46	0
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	5,4	4,6	11,6	109	7,1
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	19,5	17,7	27	349	15,8
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,7	1,1	2,7	25	0
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	1	0,1	8,5	38	0,3
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			750	31	27,4	74,8	684	23,2
Полдник								
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	8	7,9	33,3	226	0,1
	ТК№038	ЧАЙ СЛАДКИЙ	180/6/7	0,1		0,2	1	0
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	10,3	5,4	24,3	187	0,1
Итого			413	18,4	13,3	57,8	414	0,2
Всего				68,1	63	198,4	1596	24,7