

МЕНЮ

13 января 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,5	3	9,9	70	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	7,3	6,8	29,4	199	0,6
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3	2,3	5,5	53	0,5
Итого			415	11,8	12,1	44,8	322	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	1	0,2	19,4	89	3,8
Итого			180	1	0,2	19,4	89	3,8
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,3		0,7	5	1,9
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	5,7	4,1	21,1	139	3
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	1,8	3,5	5,6	56	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,6	5,1	25,2	147	12,4
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	8,5	36	1,4
	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			710	15,1	13,8	84,6	500	18,7
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70	14,1	10,6	10,1	202	2,8
		МАКАРОНЫ	120	4,9	6,1	29,7	182	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,7	0,2	10,6	51	0
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4	2,9	23,2	132	0
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,5	2	3,5	154	0
Итого			435	30,2	21,8	77,1	721	2,8
Всего				58,1	47,9	225,9	1632	26,4