

МЕНЮ

20 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,6	9,3	10,5	123	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	7,5	7,3	29,5	205	0,6
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,2		0,4	3	1
Итого			428	9,3	16,6	40,4	331	1,6
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	120	0,5	0,5	11,8	53	0
Итого			120	0,5	0,5	11,8	53	0
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4		0,9	7	0
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	3,7	3,6	7,6	79	3,8
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	2,2	11	3,6	109	0,2
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	3,5	5,1	21,6	134	10
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,1	0,1	2	10	0,9
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			725	13,1	20,6	56,6	442	14,9
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	19,6	21	33,5	418	0,5
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,5	2	3,5		0
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	5,2	2,6	13,7	98	0
Итого			455	32	25,8	61,3	567	0,5
Всего				54,9	63,5	170,1	1393	17