

МЕНЮ

20 декабря 2024 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-во ды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,5	5	10,3	87	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,4	7,1	27,9	190	0,6
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,1		0,2	1	0
Итого			431	7	12,1	38,4	278	0,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,2	19,1	87	3,8
Итого			180	0,9	0,2	19,1	87	3,8
Обед								
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,8	6,9	14,3	138	7,6
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	10,5	10,6	2,2	153	0,1
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,3	2,3	32,6	167	0
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,1	0,1	3,5	16	0,8
	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			665	24,3	20,9	76,1	591	8,5
Полдник								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3		1	6	0
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17,6	12,6	20,9	276	14,2
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,9	0,1	8,4	38	0,3
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,2	12,7	61	0
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4	2,9	23,2	132	0
Итого			450	24,8	15,8	66,2	513	14,5
Всего				57	49	199,8	1469	27,4