

МЕНЮ

1 июля 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 | 30 | 1,2 | 2,7 | 8,2 | 60 | 0 |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ | 205 | 7,7 | 7,1 | 32,7 | 217 | 0,6 |
| | ТК№028 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 3 | 2,4 | 5,5 | 54 | 0,5 |
| Итого | | | 415 | 11,9 | 12,2 | 46,4 | 331 | 1,1 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 180 | 1 | 0,2 | 19,5 | 89 | 3,9 |
| Итого | | | 180 | 1 | 0,2 | 19,5 | 89 | 3,9 |
| Обед | | | | | | | | |
| | ТК№015 | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 50 | 0,4 | | 0,8 | 6 | 2,4 |
| 2012 | 81 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ | 200/10 | 5,2 | 3,9 | 20,7 | 135 | 3,6 |
| 2012 | 263 | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ | 80 | 1,8 | 3,6 | 5,2 | 56 | 0 |
| 2008 | 338 | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 130 | 3,8 | 2,9 | 13,3 | 88 | 11,8 |
| | ТК№042 | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК | 180 | 0,1 | 0,1 | 9,5 | 40 | 1,2 |
| | 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 | | | 700 | 14,9 | 11,5 | 73 | 442 | 19 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 282 | КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА) | 70 | 12 | 9,2 | 9,7 | 178 | 2,4 |
| 2008 | 125 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ | 150 | 3,4 | 3,5 | 20 | 116 | 9,3 |
| | 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 |
| | ТК№005 | ЙОГУРТ В ИНД,УПАК. | 125 | | | | | 0 |
| Итого | | | 590 | 26,6 | 17,8 | 67 | 631 | 11,7 |
| Всего | | | | 54,4 | 41,7 | 205,9 | 1493 | 35,7 |