

МЕНЮ

22 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2,1	9,2	13,7	137	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	8,2	7,5	31,4	216	0,7
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,2		0,5	4	1,1
Итого			428	10,5	16,7	45,6	357	1,8
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	4	3,8	8,1	84	4,2
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	2,3	11	3,7	112	0,2
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	3,4	5	20,9	131	9,5
	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	13,4	20,7	56,5	447	14,8
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	20,9	22,1	32,6	432	0,7
	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	6,7	2,9	18,3	125	0
Итого			455	34,8	27,2	65	608	0,7
Всего				59,2	65,1	178,9	1465	17,3