

МЕНЮ

28 июня 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	6,1	7,7	15,4	135	0
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6,6	9,1	22,2	186	0,8
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,7	2,3	4,3	47	0,5
Итого			420	15,4	19,1	41,9	368	1,3
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,6	0,5	15,5	71	0
Итого			150	0,6	0,5	15,5	71	0
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,8	2,9	1,5	46	0
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	5,5	4,6	12,2	113	7,1
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	20	18	26,6	352	15,8
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,8	1,6	2,9	32	0
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,9	0,1	8,4	38	0,3
	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			750	31,6	28,2	75,1	698	23,2
Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,6	0,1	1,9	12	0
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	7,4	8	28	206	0,2
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,2		0,4	4	1,2
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	6,9	4	23,7	156	0
Итого			463	15,1	12,1	54	378	1,4
Всего				62,7	59,9	186,5	1515	25,9