

МЕНЮ

18 ноября 2024 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 | 2 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 30 | 1,5 | 3,3 | 9,9 | 72 | 0 |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ | 205 | 7,2 | 7,6 | 30,4 | 210 | 0,5 |
| | ТК№028 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 2,9 | 2,2 | 5,3 | 51 | 0,5 |
| Итого | | | 415 | 11,6 | 13,1 | 45,6 | 333 | 1 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 180 | 1 | 0,2 | 19,4 | 89 | 3,8 |
| Итого | | | 180 | 1 | 0,2 | 19,4 | 89 | 3,8 |
| Обед | | | | | | | | |
| | ТК№015 | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 50 | 0,5 | 0,1 | 1 | 8 | 2,9 |
| 2012 | 81 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ | 200/10 | 6 | 4,2 | 23,3 | 149 | 4,1 |
| 2012 | 263 | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ | 80 | 1,8 | 4,2 | 5,7 | 62 | 0 |
| 2008 | 338 | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 130 | 3,3 | 3,4 | 12,4 | 87 | 10,4 |
| | ТК№042 | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК | 180 | 0,1 | 0,1 | 8 | 33 | 1,1 |
| | 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 | 15,3 | 13 | 73,9 | 456 | 18,5 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 282 | КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА) | 70 | 11,7 | 8,8 | 10,1 | 173 | 2,3 |
| 2008 | 125 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ | 150 | 3,3 | 3,3 | 21,7 | 120 | 10,4 |
| | ТК №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,7 | 0,2 | 10,6 | 51 | 0 |
| 2008 | 464 | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ | 50 | 4,3 | 3,2 | 23,2 | 135 | 0 |
| | ТК№022 | НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ | 180 | 5,5 | 2 | 3,5 | 154 | 0 |
| | ТК№005 | ЙОГУРТ В ИНД,УПАК. | 125 | | | | | 0 |
| Итого | | | 590 | 26,5 | 17,5 | 69,1 | 633 | 12,7 |
| Всего | | | | 54,4 | 43,8 | 208 | 1511 | 36 |