

МЕНЮ

25 апреля 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	1,9	8,6	12,1	124	0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,5	7,9	21,9	176	0,5
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,2	5,2	50	0,5
Итого			415	11,2	18,7	39,2	350	1
II Завтрак								
	ТК№020	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	150	1,3	0,3	11,5	61	85
Итого			150	1,3	0,3	11,5	61	85
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,4		0,9	7	0
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4	5,4	7,1	98	6,2
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	0,1		0,6	3	0,3
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,3	0,5	1,1	12	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5	21,2	130	10,3
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,2		0,4	4	1,1
	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			753	11,4	11,7	52,2	357	17,9
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	13,8	10,1	12,3	205	20,6
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,1	0,1	3,4	15	0,7
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	75	4,8	2,9	25,4	145	5,7
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.	125					0
Итого			575	19,7	13,2	47,5	396	27
Всего				43,6	43,9	150,4	1164	130,9