

МЕНЮ

19 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,8	7,7	13,8	127	0
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6,9	9,7	24,5	201	0,8
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,7	2,2	4,3	46	0,5
Итого			420	15,4	19,6	42,6	374	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	5,3	4,5	12,5	112	7,8
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	18,6	17,1	26	334	15,3
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,9	2	3	36	0
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	1	0,1	8,5	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	30,2	27,6	75	683	23,4
Полдник								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,4		0,9	7	0
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	7,6	7,8	30,8	214	0,1
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,2		0,4	3	1,2
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	9	4,9	24,1	176	0
Итого			463	17,2	12,7	56,2	400	1,3
Всего				63,4	60,4	189,3	1528	26