

МЕНЮ

22 апреля 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	30,3	210	0,5
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,9	2,2	5,2	51	0,5
Итого			415	11,6	13,1	45,4	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	40	0,3		0,7	5	1,9
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	5,9	4,1	22	143	3,5
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	1,8	4,2	5,7	62	0
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	3,2	3,4	11,8	85	9,8
	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			690	14,9	12,8	71,7	445	16,3
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70	11,8	9	9,5	174	2,3
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	3	3,2	19,8	111	9,3
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,7	0,2	10,6	51	0
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4	2,9	23,2	132	0
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,5	2	3,5	154	0
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.	125					0
Итого			590	26	17,3	66,6	622	11,6
Всего				53,5	43,4	203,1	1489	32,7