

МЕНЮ

6 сентября 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-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	7,5	9	21,8	175	0
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	8	10,6	27,6	226	1
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,7	5,2	57	0,6
Итого			420	18,7	22,3	54,6	458	1,6
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	6,3	4,8	15,5	131	8,9
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	21,3	20,3	31,5	396	18,6
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,7	1	2,7	24	0
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	1	0,1	9,6	43	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	33,7	30,1	84,3	757	27,8
Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,6	0,1	1,9	12	0
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	7,9	8,2	30	217	0,2
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,2		0,5	4	1,4
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	13,3	6,6	24,9	214	0,1
Итого			463	22	14,9	57,3	447	1,7
Всего				75	67,8	211,7	1733	31,1