

МЕНЮ

27

2024

1-я млад группа - 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,5	3,9	26,5	164	0,4
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	130	7,4	6	33,6	218	0
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,1		8,5	36	1,1
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,2		8,5	35	0
Итого			378	8,8	8	42	262	1,5
II Завтрак								
	ТК№010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,4	0,4	9,3	42	3,78
Итого			95	0,4	0,4	9,3	42	3,78
Обед								
	ТК№009	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,3		0,7	5	0,8
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	4,5	5,8	7,8	102	3,3
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	10,2	5,5	2,4	101	0,3
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	55	14,4	9,7		146	0
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,3	3,1	15,3	99	7,2
	ТК№025	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,1	0,1	19,7	81	0,8
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39	0
Итого			570	19,5	15,1	60	458	12,4
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	6,4	9,7	17,5	207	1,19
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5			7	28	0,8
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	6,8	4,6	25,8	171	0
Итого			380	14,2	14,4	56,7	437	1,99
Всего				42,9	37,9	168	1199	19,67

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ