

МЕНЮ

3 июля 2024 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,4	6,9	10	69	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,1	8,2	27,4	208	0,5
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	77	0,5
Итого			415	12,7	17,9	51	354	1
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	180	1	0,2	17,8	78	2,9
Итого			180	1	0,2	17,8	78	2,9
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4		1,3	7	2
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	4,9	3	12,5	97	6,5
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	17,9	7,8	7,2	173	12,9
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,6	6,7	14	133	10
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0,9	0,1	31,6	131	0,3
	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			720	29,9	18,4	87,5	644	31,7
Полдник								
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6			8,4	34	0
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	65	3	7,7	31,2	178	6,42
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,8	0,2	7,5	38	15,2
Итого			351	3,8	7,9	47,1	250	21,62
Всего				47,4	44,4	203,4	1326	57,22