

МЕНЮ

3 июля 2024 г.

Сад 10 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 | 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 |