

# МЕНЮ

26 2024

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		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,4	6,9	10	69	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,1	8,1	27,9	205	0,5
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	77	0,5
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>11,7</b>	<b>17,8</b>	<b>51,5</b>	<b>351</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	1	0,2	17,8	78	4,3
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>17,8</b>	<b>78</b>	<b>4,3</b>
<b>Обед</b>								
	ТК № 014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,5	0,1	1,9	12	5
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	5,4	2,4	16,4	108	6,4
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	19,3	21	22	355	18,7
	ТК№041	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,2	22	93	72
	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
<b>Итого</b>			<b>671</b>	<b>27,9</b>	<b>24,3</b>	<b>76,4</b>	<b>638</b>	<b>102,1</b>
<b>Полдник</b>								
2008	435	КЕФИР	200	6	3,3	8	62	0,6
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	70	2,8	6,4	0,4	222	0,2
<b>Итого</b>			<b>270</b>	<b>8,8</b>	<b>9,7</b>	<b>8,4</b>	<b>284</b>	<b>0,8</b>
<b>Всего</b>				<b>49,4</b>	<b>52</b>	<b>154,1</b>	<b>1351</b>	<b>108,2</b>