

МЕНЮ

1 октября 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2016	101	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	180	4,88	4,64	16,65	128,57	0,60
2021	462	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,91	2,39	11,92	81,81	0,44
2021	573	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
Итого			390	10,01	7,21	43,17	279,30	1,04
II Завтрак								
		ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ	90	0,52	0,17	16,59	71,59	0,58
Итого			90	0,52	0,17	16,59	71,59	0,58
Обед								
2016	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ**	60	0,13	2,93	0,76	29,94	0,38
2016	88	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, С КУРИЦЕЙ	166/14	4,82	4,28	16,16	122,68	4,99
2004	146	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	70	1,65	3,07	6,81	61,57	0,33
2016	339	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,67	4,59	18,44	126,09	8,94
2016	372	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,43	1,13	1,81	22,44	0,01
2004	158	НАПИТОК ИЗ СОКА	180	0,27	0,06	13,13	53,90	0,44
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			690	12,62	16,41	74,07	498,20	15,09
Полдник								
2021	123	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	50	3,71	0,30	24,34	114,86	0,00
2021	468	МОЛОКО ПАСТЕРИЗОВАННОЕ	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
Итого			250	9,51	5,30	33,94	222,86	2,60
Ужин								
2016	251	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	26,70	18,48	25,67	383,49	0,29
2016	369	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)*	50	1,02	2,50	7,56	56,84	0,04
2021	460	ЧАЙ С МОЛОКОМ ПОЛУСЛАДКИЙ	220	1,65	1,60	8,04	53,41	0,12
2021	573	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
Итого			450	31,66	22,77	56,32	564,79	0,45
Всего				64,32	51,86	224,09	1 636,74	19,76

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 638659264186898037567612618100491810558963418009

Владелец Коньшина Оксана Владимировна

Действителен с 08.12.2023 по 07.12.2024