

МЕНЮ
11 октября 2024 г.

Сад 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								
2016	100	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,80	4,44	16,66	126,61	0,60
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	190	0,10	0,00	7,94	32,16	0,02
2021	573	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
Итого			405	7,22	8,76	39,69	267,22	0,62
II Завтрак								
2016	418	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед								
2006	244	КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ)	60	1,80	0,12	3,78	23,28	2,40
2016	82	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРИЦЕЙ И СО СМЕТАНОЙ	166/14	4,29	6,82	12,19	130,19	4,85
2016	315	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	13,80	13,94	11,12	225,93	17,80
2016	373	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	40	0,74	1,50	3,12	33,66	0,73
2021	495	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			660	23,28	22,73	54,91	525,60	25,78
Полдник								
2021	535/557	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С МОРКОВЬЮ	50	3,14	3,88	19,18	124,19	0,44
2021	468	МОЛОКО ПАСТЕРИЗОВАННОЕ	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
Итого			250	8,94	8,88	28,78	232,19	3,04
Ужин								
2004	91	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	4,24	6,05	11,84	119,69	0,78
2021	475	ЧАЙ С САХАРОМ	220	0,12	0,00	7,98	32,41	0,02
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
Итого			450	6,65	6,24	34,87	223,15	0,80
Всего				46,59	46,71	168,35	1 291,16	32,24