

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 C, 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 ПЕЧЕНЫЕ 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 | |