

МЕНЮ

7 марта 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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6,4	6,2	30,6	205	0,5
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	44/12/6	2,2	3,6	22,3	131	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	5,2	5,5	17,8	143	0,9
Итого			422	13,8	15,3	70,7	479	1,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	86	0,5	0,1	10	44	2
Итого			86	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	52	0,5	2,3	3,6	39	1,2
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	194/16	4,1	1,9	18,5	108	5,6
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	32/7	8,1	11	2	143	1,5
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,6	2,9	28	149	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			681	18,6	18,5	82	576	8,3
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	4,4	1,9	29,7	153	2
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	111	3,1	2,7	4,3	57	0,3
Итого			181	7,5	4,6	34	210	2,3
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	85	6,5	6,6	3,5	101	2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,1	0,2	14	66	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	67	0,3	0,3	6,3	31	2,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		8,2	33	0,04
Итого			380	9,1	7,1	32	231	4,74
Всего				49,5	45,6	228,7	1540	18,84

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:  Моисеева Т.А.