

МЕНЮ

22 ноября 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически я ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,6	6,2	19,5	153	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/12	4,5	6,3	16,2	141	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	158	3,8	4,1	13,7	108	0,6
Итого			390	12,9	16,6	49,4	402	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	83	0,5	0,1	10	43	2
Итого			83	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	42	0,4	2	1,4	26	3,8
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	194/8/4	3,2	2,5	15,7	101	11,7
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	116	9,8	8	23,2	204	11,9
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	16,2	67	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,3	0,4	20,8	100	0
Итого			593	17	13	77,3	498	27,4
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	51	4,3	4,5	30	177	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	91	2,5	2,2	3,7	48	0,1
Итого			142	6,8	6,7	33,7	225	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	75/10	11	8,5	24,5	220	0,12
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	73	0,3	0,3	7	33	2,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	3,1	0,3	20,2	95	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1		8,3	34	0,43
Итого			400	14,5	9,1	60	382	3,45
Всего				51,7	45,5	230,4	1550	34,15

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.