

МЕНЮ

23 ноября 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическа я ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,2	6,4	22,2	164	0,5
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	42/12/4	2,2	3,6	21	126	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,5	2,6	12,2	83	0,43
Итого			418	8,9	12,6	55,4	373	0,93
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	62	0,2	0,2	5,9	28	2,5
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	81	0,5	0,1	10	44	2
Итого			143	0,7	0,3	15,9	72	4,5
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	47	0,4	2,3	1,7	30	7,7
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/8	2,7	2,4	17,9	110	7,9
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	55	10,4	11,6	8,9	181	0,7
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	123	14,1	2,9	29,4	200	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,7	40	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,7	100	0
Итого			662	30,9	19,7	88,3	661	17
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	52	3,5	5,3	32,5	191	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	88	2,4	2,1	3,4	45	0,2
Итого			140	5,9	7,4	35,9	236	0,2
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	43	6,6	2,9	8,2	85	1,1
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	102	1,8	2,4	11,7	77	6,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,2	81	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	11,7	50	43,2
Итого			380	11,3	5,6	48,8	293	50,7
Всего				57,7	45,6	244,3	1635	73,33

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.