

МЕНЮ

24 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	8,3	15,7	1,9	182	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	32	0,6	0,1	3,4	16	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	43/4/12	4,5	6,1	15,6	137	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	155	4,6	4,9	15,7	125	0,8
Итого			346	18	26,8	36,6	460	1,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	84	0,5	0,1	10	43	2
Итого			84	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	45	0,5	1,7	3,4	33	1,1
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	192/8	3	2,5	16	101	16,2
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	53	8,3	8,6	9,9	151	0,5
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	119	2,5	3	20,6	120	10,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			647	17,6	16,2	78,9	538	28,4
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	69	4,2	4,5	24,7	156	6,34
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	89	2,6	2,2	3,7	48	0,3
Итого			158	6,8	6,7	28,4	204	6,64
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	80/9	7,8	5,3	23,4	173	0,1
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	69	0,3	0,3	6,6	32	2,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,5	0,2	16,4	77	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0,02
Итого			392	10,7	5,8	53,5	311	2,92
Всего				53,6	55,6	207,4	1556	41,56

Стоимость: 179 рублей

Ответственный: *М*

Моисеева Т.А.