

МЕНЮ

28 февраля 2022 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энер- ге- тиче- ская ценн- ость, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	162/20	4,7	4,8	30,4	183	0,4
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	27	2,8	2,5	0,2	35	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	42/11/6	2,2	4,1	22,2	134	4,4
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,5	49	44,8
Итого			448	10	11,5	64,3	401	49,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10	44	2,04
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	55	0,2	0,2	5,4	26	5,5
Итого			155	0,7	0,3	15,4	70	7,54
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	46	1	2,5	3,8	42	7,3
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	200/8	4,4	3,2	15,4	108	12,2
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ .	125	9	10,4	20,9	214	10,2
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,1	37	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,4	21,5	104	0
Итого			610	17,9	16,6	70,7	505	30,3
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	50	3,5	2,9	26,6	149	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	103	6	2	8,4	80	1
Итого			153	9,5	4,9	35	229	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	50	5,5	3,5	5,9	77	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	139	2,1	2,8	12,2	84	7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,3	3,5	12	94	0,6
Итого			424	10,9	9,8	30,1	255	7,8
Всего				49	43,1	215,5	1460	96,24

Стоимость: 151 рубль

Ответственный: *Моисеева Т.А.* Моисеева Т.А.