

МЕНЮ

29 марта 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,1	7,2	21,1	171	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/12	4,7	7,5	14,5	145	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	168	4,2	4,5	14,1	114	0,7
Итого			400	14	19,2	49,7	430	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	87	0,5	0,1	10	43	2
Итого			87	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	39	0,4	1,8	1,3	23	3,4
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	200/8	4,5	5	15	126	12,2
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	124	11	9	22,1	213	11,3
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	15,9	66	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,2	92	0
Итого			596	19,2	16,3	73,5	520	26,9
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	50	4,2	4,1	28,9	168	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	115	3,2	2,8	4,7	60	0,1
Итого			165	7,4	6,9	33,6	228	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	68/10	10,3	7,7	20,6	194	0,14
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	70	0,3	0,3	6,7	32	2,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,5	0,2	16,6	78	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1		8,1	33	0,42
Итого			382	13,2	8,2	52	337	3,36
Всего				54,3	50,7	218,8	1558	33,66

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.