

МЕНЮ

29 сентября 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	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	3,8	5,6	20,7	149	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	41/12/4	1,9	3,1	21,7	123	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,2	2,3	11,4	76	0,42
Итого			417	7,9	11	53,8	348	0,92
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	51	0,2	0,2	4,9	23	2
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	70	0,5	0,1	10	44	2,04
Итого			121	0,7	0,3	14,9	67	4,04
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	38	0,4	2,2	1,3	28	6
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	3,7	3,7	16,3	117	7
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	44	7,3	8,8	8,8	144	0,4
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	114	12,9	3,2	27	189	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,2	37	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,9	86	0
Итого			626	27,2	18,4	80,5	601	14
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	50	3,7	4,6	31,5	183	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	73	2	1,7	2,8	38	0,2
Итого			123	5,7	6,3	34,3	221	0,2
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	37	5,9	2,5	5	67	0,8
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	101	1,8	2,3	11,7	77	5,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,3	0,2	15,5	73	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	10,8	46	36,3
Итого			370	10,2	5,1	43	263	42,8
Всего				51,7	41,1	226,5	1500	61,96

Стоимость: 151 рубль

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