



МЕНЮ

22 апреля 2024 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2024		КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,8	3,4	25,5	152	0,5
2010	44	ЧАЙ С САХАРОМ	180			10,2	41	0
	49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	38	2,8	1	19,5	100	0
2017	76	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	7,3	0,1	66	0
Итого			408	7,7	11,7	55,3	359	0,5
II Завтрак								
	83	ЯБЛОКО	180	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			180	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
	27	ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	35	0,3		0,8	5	3,2
	20	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, С МЯСОМ	200	4,9	4,5	16,2	112	0,3
	39	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	13,4	16,8	20,7	231	0,7
2008	51	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	19,6	94	79,2
	26	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,2	0,4	13,2	66	0
Итого			630	21,4	22	70,5	508	83,4
Полдник								
	42	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД ОМЛЕТОМ	80	15,4	8,3	4,7	156	0,3
2010	44	ЧАЙ	180					0
	77	КОНФЕТЫ	20	0,5	5,2	10,9	93	0
	49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,5	0,5	10,5	53	0
Итого			300	17,4	14	26,1	302	0,3
Всего				46,9	48,1	161,7	1216	94,2

Старшая медицинская сестра

Белянина Е.П.