



МЕНЮ
22 мая 2024 г.
Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	1	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	4,6	6,6	20,3	160	0,5
2010	47	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4	4,3	18	127	0,7
	49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	35	4,3	1,5	29,9	153	0
2017	72	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	5	5,1		68	0,1
Итого			415	17,9	17,5	68,2	508	1,3
II Завтрак								
	88	КИСЕЛЕК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА"	100			13,3	53	11,2
		СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ 0,2 л (аллергики)	200					0
Итого			100			13,3	53	11,2
Обед								
	70	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	35	0,4	0,1	1,5	10	9,9
2010	17	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ, СМЕТАНОЙ	200	4,9	5,6	14,8	118	0,2
	23	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,4	5,1	19,8	139	0,2
2023		ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ	70	12,2	9,3	4,7	151	0,7
2010	45	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	14,1	58	1,3
	26	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,5	0,5	15,2	76	0
Итого			670	23,5	20,7	70,1	552	12,3
Полдник								
2023	111	КОКТЕЙЛЬ МОЛОЧНЫЙ 2,5%	180	5,8	5	19,1	147	0
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
Итого			210	6,6	6	42,3	253	0
Всего				48	44,2	193,9	1366	24,8

Старшая медицинская сестра Бен Беянина Е.П.