

МЕНЮ
4 июня 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	9	ЗАЛЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	24,10	14,60	19,07	309,10	0,74
2010	44	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,32	0,00	10,18	42,00	0,07
	11	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,59	2,21	4,64	41,01	0,05
	49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,82	0,99	19,73	100,83	0,00
2017	76	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,12	8,46	0,16	77,24	0,00
Итого			380	27,95	26,26	53,78	570,18	0,87
II Завтрак								
2010	57	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК "СНЕЖОК"	180	5,83	5,40	23,32	170,59	1,94
Итого			180	5,83	5,40	23,32	170,59	1,94
Обед								
	82	ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ ПОРЦИОННЫЕ	30	0,31	0,04	0,65	5,00	0,00
2010	19	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ, КАРТОФЕЛЕМ	200	4,30	5,99	7,21	86,83	7,57
	52	ПЛОВ	180	14,50	18,72	36,07	371,13	0,81
	71	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	180	0,23	0,07	18,86	78,23	14,56
	26	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,31	0,42	13,86	69,30	0,00
Итого			625	21,65	25,24	76,65	610,49	22,94
Полдник								
	46	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,63	6,21	9,12	116,40	1,04
	75	БАТОН С ПОВИДЛОМ (ДЖЕМОМ)	35/20	3,45	1,17	39,59	181,98	0,54
Итого			235	9,08	7,38	48,71	298,38	1,58
Всего				64,51	64,28	202,46	1 649,64	27,33

Старшая медицинская сестра

Белянина Е. П.