

МЕНЮ
13 июня 2024, г.**Сад 10 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	10	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,82	6,01	18,45	152,43	0,79
2010	44	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	10,01	40,54	0,02
	49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,43	0,85	17,01	86,94	0,00
2017	72	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	4,42	4,56	0,00	60,01	0,12
Итого			405	12,79	11,42	45,47	339,92	0,93
II Завтрак								
2008		МАНДАРИН	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00
Итого			100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00
Обед								
	70	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	35	0,41	0,08	1,43	9,00	9,38
	14	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	200	4,47	4,58	14,22	102,35	0,33
2010	22	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	5,82	3,78	26,32	162,39	0,00
2010	31	ГУЛЯШ	50/30	11,00	13,45	3,01	122,66	0,40
	97	НАПИТОК ГРУШЕВЫЙ	180	0,10	0,00	13,30	54,00	0,30
	26	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,79	0,51	16,73	83,67	0,00
Итого			650	24,59	22,40	75,01	534,07	10,41
Полдник								
2010	57	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК "СНЕЖОК"	180	5,61	5,19	22,44	164,12	1,87
	75	БАТОН С ПОВИДЛОМ (ДЖЕМОМ)	38/25	3,19	1,08	37,64	172,14	0,54
Итого			243	8,80	6,27	60,08	336,26	2,41
Всего				46,98	40,29	188,06	1 248,25	51,75

Старшая медицинская сестра

Белянина Е.П.