



МЕНЮ

14 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	4	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,99	5,91	21,06	158,00	0,50
2010	48	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,17	4,41	17,54	127,82	0,70
	49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,38	0,84	16,64	85,08	0,00
2017	76	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,09	6,34	0,12	57,93	0,00
Итого			400	11,63	17,50	55,36	428,83	1,20
II Завтрак								
	88	КИСЕЛЕК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА"	100	0,00	0,00	13,32	52,76	11,15
		СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ 0,2 л (аллергики)	200	1,00	0,20	20,20	92,00	4,00
Итого			100	0,00	0,00	13,32	52,76	11,15
Обед								
	27	ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	35	0,29	0,04	0,89	5,00	3,57
	59	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	6,02	2,64	15,57	110,28	0,33
	14	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ (аллергики)	200	4,63	4,61	15,40	107,99	0,33
	39	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	12,14	17,46	19,85	235,88	0,72
2010	45	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,21	0,08	14,52	60,60	4,47
	26	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,74	0,50	16,46	82,29	0,00
Итого			625	21,40	20,72	67,29	494,05	9,09
Полдник								
2010	44	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,00	10,84	43,60	0,01
		БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	80	6,11	6,17	39,02	234,85	0,16
Итого			260	6,17	6,17	49,86	278,45	0,17
Всего			1385	39,20	44,39	185,83	1 254,09	21,61

Заведующий

Торунцова Э.В.