

МЕНЮ

19 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	1	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	4,84	7,43	20,73	170,01	0,55
2010	48	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,33	4,64	17,73	131,30	0,75
	49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,38	0,84	16,64	85,08	0,00
2017	72	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	4,44	4,57	0,00	60,23	0,12
Итого			405	15,99	17,48	55,10	446,62	1,42
II Завтрак								
		СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ 0,2 л	200	0,26	0,05	5,32	24,21	1,05
	80	СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ 1,0 л	150	0,42	0,08	8,22	35,69	1,66
Итого			350	0,68	0,13	13,54	59,90	2,71
Обед								
	70	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	35	0,41	0,07	1,40	8,84	9,21
2010	17	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ, СМЕТАНОЙ	200	5,30	5,77	13,14	108,67	0,17
	23	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,47	5,76	19,87	145,61	0,23
2023		ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ	70	12,45	9,76	6,87	165,17	0,59
2010	31	ГУЛЯШ (аллергики)	50/30	11,00	13,45	3,05	122,86	0,40
	43	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,09	0,02	14,15	57,25	0,00
	26	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,31	0,42	13,86	69,30	0,00
Итого			670	24,03	21,80	69,29	554,84	10,20
Полдник								
2023	111	КОКТЕЙЛЬ МОЛОЧНЫЙ 2,5%	180	5,09	4,39	16,69	128,23	0,00
	75	БАТОН С ПОВИДЛОМ (ДЖЕМОМ)	30/20	2,49	0,84	32,84	147,53	0,54
Итого			230	7,58	5,23	49,53	275,76	0,54
Всего				48,28	44,64	187,46	1 337,12	14,87

Старшая медицинская сестра

Е.П.

Белянина Е.П.