

МЕНЮ

16 июля 2024 г.

Сад 10 часов



№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вит. С, г
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
37	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	7,75	9,64	10,63	160,42	0,1
33	ТУШЕНЫЙ ЗЕЛЕНый ГОРОШЕК	30	1,00	2,98	2,10	39,09	1,0
44	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	12,76	51,56	0,0
49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30	3,85	1,35	26,90	137,50	0,0
72	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,90	4,02	0,00	52,95	0,0
		375	16,64	17,99	52,39	441,52	1,1
II Завтрак							
83	ЯБЛОКО	180	0,40	0,40	9,80	47,00	10,0
		180	0,40	0,40	9,80	47,00	10,0
Обед							
27	ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	35	0,36	0,05	1,13	6,32	4,0
64	СВЕКОЛЬНИК С КУРОЙ	200	5,60	9,18	15,47	167,50	3,0
22	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	5,94	6,55	26,69	189,27	0,0
87	ГУЛЯШ ИЗ ФИЛЕ КУРЫ	50/30	11,14	12,12	3,23	166,59	0,0
71	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	180	0,20	0,07	21,72	89,33	10,0
26	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,73	0,50	16,41	82,03	0,0
		650	25,97	28,47	84,65	701,04	19,0
Полдник							
46	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	7,24	7,98	11,73	149,66	1,3
68	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	80	7,76	7,84	49,14	296,54	0,2
		260	15,00	15,82	60,87	446,20	1,5
			58,01	62,68	207,71	1 635,76	32,7

Заведующий _____ Торунцова Э.В.