

МЕНЮ

2 августа 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								
			180	4,68	6,96	18,02	154,20	0,46
2010	3	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	3,04	3,10	14,40	98,50	0,57
2010		ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ	30	3,08	1,08	21,52	110,00	0,00
	49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	10	0,11	8,06	0,16	73,55	0,00
2017	76	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	400	10,91	19,20	54,10	436,25	1,03
Итого								
II Завтрак								
	80	СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ 1,0 л	150	0,42	0,08	8,22	35,69	1,66
		СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ 0,2 л	200	0,33	0,07	6,73	30,67	1,33
			350	0,75	0,15	14,95	66,36	2,99
Итого								
Обед								
	33	ТУШЕНЫЙ ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК	30	0,62	2,95	1,31	34,21	0,83
	59	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	6,53	2,70	15,13	111,22	0,33
	39	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	13,41	16,56	20,35	228,68	0,63
2010	45	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,15	0,11	12,92	54,11	6,13
	26	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,57	0,47	15,40	77,00	0,00
			620	23,28	22,79	65,11	505,22	7,92
Итого								
Полдник								
2005	54	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	3,94	3,57	0,21	48,73	0,00
2010	44	ЧАЙ	180	0,07	0,00	0,01	0,32	0,01
	49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	20	2,05	0,72	14,35	73,33	0,00
	77	КОНФЕТЫ	20	0,54	5,16	10,94	92,60	0,00
			260	6,60	9,45	25,51	214,98	0,01
Итого								
Всего				41,54	51,59	159,67	1 222,81	11,95

Заведующий

Торунцова Э.В.