

Утверждаю



МЕНЮ

18 января 2024 г.

Сад 10 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,56	2,61	0,00	34,27	0,0
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	6,37	7,70	19,47	173,74	0,7
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,60	2,79	16,08	100,53	0,4
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,67	1,03	18,28	93,16	0,0
Итого			396	14,20	14,13	53,83	401,70	1,3
II Завтрак								
		СНЕЖОК	150	3,90	3,75	16,52	115,64	0,0
Итого			150	3,90	3,75	16,52	115,64	0,0
Обед								
		суп гороховый	200	12,36	6,60	23,07	201,14	4,9
2008	290	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ	80/40	14,98	9,20	7,25	192,38	10,3
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	135	4,74	4,27	30,30	178,67	0,0
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	21	0,17	0,02	0,52	2,90	2,0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,70	0,36	17,27	83,10	0,0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	175	0,12	0,03	15,14	61,44	0,0
Итого			692	35,07	20,48	93,55	719,63	17,4
Полдник								
2012	409	ЗАПЕКАНКА ИЗ МОРКОВИ И ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	125	17,53	10,47	41,02	329,77	6,8
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,07	5,60	8,22	104,87	0,9
Итого			305	22,60	16,07	49,24	434,64	7,8
Всего				75,77	54,43	213,14	1 671,61	26,51

Васина Е.Ю. _____

повар _____

Шиткова Е.И.