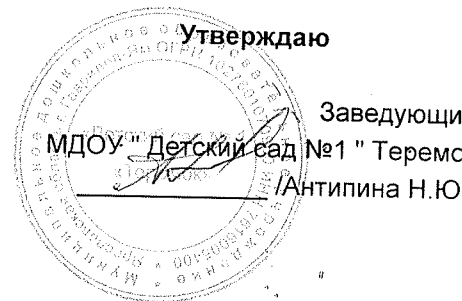




МЕНЮ
19 января 2024 г.

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	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,08	6,64	0,08	60,00	0,00
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	1,49	7,11	2,14	78,90	0,24
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	32	0,96	0,06	2,01	12,37	1,28
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	155	0,07	0,00	11,59	46,61	0,02
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	3,11	1,20	21,31	108,61	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,51	2,56	0,00	33,61	0,07
Итого			396	8,22	17,57	37,13	340,10	1,61
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	120	0,60	0,12	11,88	51,60	2,40
		СНЕЖОК	150	3,90	3,75	16,50	115,50	0,00
Итого			270	4,50	3,87	28,38	167,10	2,40
Обед								
2008	97	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	195	8,00	7,33	11,56	144,24	5,76
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	145	3,12	5,33	20,52	142,88	9,91
1996	375	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	12,66	13,08	10,28	209,34	0,38
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНый	35	0,28	0,04	0,60	4,56	1,75
2008	441	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	175	0,27	0,06	18,63	76,62	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,70	0,36	17,26	83,07	0,00
Итого			671	27,03	26,20	78,85	660,71	17,80
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,07	5,60	8,23	104,97	0,94
2008		ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
Итого			210	5,91	6,59	31,42	211,17	0,94
Всего				45,66	54,23	175,78	1 379,08	22,75

Васина Е.Ю. _____

повар _____

Шиткова Е.И.