

МЕНЮ
16 декабря 2024 г.

Сад 10,5 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								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	200	4,95	6,71	21,14	165,42	0,57
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	51	3,84	1,48	26,29	133,99	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,77	0,04	34,19	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	2,89	3,68	0,00	45,39	0,09
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,40	4,57	13,51	118,18	0,94
Итого			468	17,10	20,21	60,98	497,17	1,60
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	108	0,43	0,43	10,62	50,93	10,84
Итого			108	0,43	0,43	10,62	50,93	10,84
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ НА М/Б	200/12	5,76	8,09	15,31	164,66	12,08
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	220	13,54	15,52	33,71	329,02	16,82
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,40	0,05	0,85	6,54	2,51
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,31	0,31	14,77	71,09	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,00	0,00	12,43	49,69	0,00
Итого			717	22,01	23,97	77,07	621,00	31,41
Полдник								
2012	449	ВАТРУШКА С ТВОРОГ	85/20	8,58	7,96	45,63	288,42	0,26
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/6	0,13	0,00	11,10	45,52	0,60
Итого			311	8,71	7,96	56,73	333,94	0,86
Всего				48,25	52,57	205,40	1 503,04	44,71

медицинская сестра

Васильева В.В.