

МЕНЮ
29 февраля 2024 г.**Сад 12 часов**

Сбор- ник реце- п-тур	№ техн. карт ы	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская ценност ь, ккал	Вит а-м ин С,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-в оды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	168	3,9	3,4	20,7	129	0,4
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,7	2,1	3,6	32	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/15/	0,3	0,1	14,8	61	2,9
Итого			400	5,9	5,6	39,1	222	3,3
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,2	0,2	5,9	28	6
Итого			100	0,2	0,2	5,9	28	6
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	5	0,5	16,5	90	4,1
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	70	10,2	7,5	6,3	135	12,9
2008	181	КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	4,1	4,6	27	166	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,4	0,1	9,2	43	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,6	0,1	3,5	17	0
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180	0,1		14,9	60	0
Итого			600	21,4	12,8	77,4	511	17
Полдник								
2008	427	ШАРЛОТКА С ЯБЛОКАМИ	50	4,5	3,5	23,2	142	1,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
Итого			250	4,7	3,6	38,2	202	1,1
Ужин								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) С КАПУСТОЙ	60	0,4		1,1	6	0,4
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	100	5,2	1,5	1,9	48	3,7
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,6	0,1	3,5	17	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
Итого			400	6,4	1,7	21,5	131	4,1
Всего				38,6	23,9	182,1	1094	31,5