

МЕНЮ
2 апреля 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	165	3,1	2,2	20,6	114	0,3
2012	1	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	1,8	1,9	2,3	35	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0,2	0,1	14,6	59	0
Итого			400	5,1	4,2	37,5	208	0,3
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,2	0,2	4,2	20	4,3
Итого			100	0,2	0,2	4,2	20	4,3
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,6	3,2	13,4	102	4,3
2008	292	ФРИКАДЕЛКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	90	12,9	11,1	0,4	153	0,2
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2	1	15	77	7,3
2012	115	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	20	0,4	0,1	2,3	12	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,9	0,1	5,7	27	0
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	165	0,1		14,4	58	0
Итого			585	20,9	15,5	51,2	429	11,8
Полдник								
2008	427	ШАРЛОТКА С ЯБЛОКАМИ	70	1,7	2,6	19,1	107	1
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	2,8	2,4	4,7	52	0,5
Итого			250	4,5	5	23,8	159	1,5
Ужин								
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	7,6	1,7	10,5	95	4,6
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	2,4	1,4	15,4	84	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,1	9,8	46	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
Итого			450	11,7	3,3	50,7	285	4,6
Всего				42,4	28,2	167,4	1101	22,5