

МЕНЮ
11 апреля 2024 г.**Сад 12 часов**

Сбор- ник реце- п-тур	№ техн. карт ы	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская ценно- сть, ккал	Вит а-м ин С,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-в оды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	165	4,9	6,6	22	167	1,1
2012	1	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	0,6	0,2	4	20	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15			7,9	31	0
Итого			400	5,5	6,8	33,9	218	1,1
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100					0
Итого			100					0
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	6,1	0,4	15,1	90	1,5
2012	264	ФРИКАДЕЛКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	70	10,9	1,9	1,3	65	0,1
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	2,7	0,3	17,6	84	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,5	0,1	9,8	46	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,4	0,1	2,8	13	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			7,4	29	0
Итого			600	21,6	2,8	54	327	1,6
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	70	2,8	1,1	32,9	152	8,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0,2	0,1	15	60	0
Итого			265	3	1,2	47,9	212	8,5
Ужин								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	100	0,6		2,4	12	0,8
2008	290	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ	100	5,7	2,7	2,3	63	4
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,4	0,1	2,8	13	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
Итого			440	6,9	2,9	22,5	148	4,8
Всего				37	13,7	158,3	905	16