

МЕНЮ

31 марта 2025 г.

Сад 10,5 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								
2011	43/3	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	5,9	5,1	37,8	222	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,8	3,1	11,1	84	0,5
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209	0
Итого			430	12,5	13,1	86,1	515	0,5
II Завтрак								
2011	15/10	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	100	0,3	0,1	11,4	52	31,5
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180					0
Итого			280	0,3	0,1	11,4	52	31,5
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,1	4,5	18,9	135	5,6
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	10,9	5,2	2	98	0,4
2011	44/3	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	130	5,4	3,2	25,3	151	0,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,8	0,2	18,5	87	0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,4	0,3	15	72	0
Итого			661	26,6	13,4	89,4	582	6,8
Полдник								
2012	35	ОВОЩНАЯ ДОБАВКА ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	50	0,6	1,3	5,7	37	1,8
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,9	0,7	24,2	111	0,1
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1		8,3	34	0,82
Итого			290	2,6	2	38,2	182	2,72
Всего				42	28,6	225,1	1331	41,52