

Утверждаю



МЕНЮ

4 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	180	20,8	16,5	13	286	0,2
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ	40/8	3,2	7	19,7	155	0
2008	411	КИСЕЛЬ	200			26,4	106	0
Итого			428	24	23,5	59,1	547	0,2
II Завтрак								
2008	К/К	СОК	200					0
Итого			200					0
Обед								
2008	102	СУП С ФАСОЛЬЮ	180	7,6	4,6	17,7	145	6,5
2008	265	ПЛОВ	130	12,6	11,6	28,8	271	1,7
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			5,7	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					0
Итого			540	20,2	16,2	52,2	439	8,2
Полдник								
2008		МОЛОКО	200	5	4,3	8,3	94	2,3
2008	464	ШТОЛИ	70	4,8	4,4	34,5	196	0
Итого			270	9,8	8,7	42,8	290	2,3
Ужин								
2008	184	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ НА МОЛОКЕ	200	4,8	6,7	17	148	0,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3	2,6	10,1	77	0,6
Итого			440	7,8	9,3	27,1	225	1,2
Всего				61,8	57,7	181,2	1501	11,9

повар

Исхакова Г.Р. Бабрахинова Л.Н.