



МЕНЮ

7 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	185	КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ	160	5,8	7,5	25,4	193	0,6
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ	40/8	3	7	18,5	149	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,5	2,9	12	89	0,6
Итого			408	12,3	17,4	55,9	431	1,2
II Завтрак								
2008	К/К	СОК	200					0
Итого			200					0
Обед								
2008	103	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	4,7	7,8	14	150	7,1
2008	259	ГУЛЯШ	70	8,5	10,6	8,9	166	2,2
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	130	2,3	1	24,4	116	0
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			5,6	22	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					0
Итого			610	15,5	19,4	52,9	454	9,3
Полдник								
2008		МОЛОКО	200	3,9	3,4	6,5	73	1,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	2,3	3,1	23,3	131	0
Итого			250	6,2	6,5	29,8	204	1,8
Ужин								
2008	324	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	130	7	1,8	16,2	108	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200			5,4	22	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
Итого			370	7	1,8	21,6	130	0
Всего				41	45,1	160,2	1219	12,3

повар _____

Исхакова Г.Р. Бабрахинова Л.Н.