

Утверждаю



МЕНЮ

25 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	185	КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ	160	5,5	6,2	25,9	182	0,5
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ	40/8	3,1	7	19,1	152	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,6	2,3	10,1	72	0,5
Итого			408	11,2	15,5	55,1	406	1
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	13,9	67	14,2
Итого			150	0,6	0,6	13,9	67	14,2
Обед								
2008	100	СУП ЛАПША НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	6,4	6,3	23,3	180	6,6
2008	272	БИТОЧКИ КУРИНЫЕ	70	9,4	10,7	0,1	134	0,4
2008	324	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	130	7,2	2,3	16,2	115	0
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			5,5	22	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					0
Итого			610	23	19,3	45,1	451	7
Полдник								
2008	435	СНЕЖОК	200	4,4	3,9	7	88	0,4
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	2,4	3,2	24	135	0
Итого			250	6,8	7,1	31	223	0,4
Ужин								
2008	50	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	50	5,8	7,3	10,9	132	5,04
2008	224	ТВОРОЖНО-РИСОВАЯ ЗАПЕКАНКА	180/30	13,2	13,1	9,1	206	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200			5	20	0
Итого			500	19	20,4	25	358	5,14
Всего				60,6	62,9	170,1	1505	27,74

повар

Исхакова Г.Р.Бабрахинова Л.Н.