



МЕНЮ

2 апреля 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	184	КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ	160	6	7,2	27,7	200	0,6
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/12	5,7	10,2	19,7	195	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,5	3	11,5	88	0,6
Итого			420	15,2	20,4	58,9	483	1,3
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	150	0,5	0,5	12,9	62	13,2
Итого			150	0,5	0,5	12,9	62	13,2
Обед								
2008	103	СВЕКОЛЬНИК НА М/Б СО СМЕТАНОЙ	180	4,8	6,4	14,9	140	6,9
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	9,3	11,7	6,4	169	19,8
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			6	24	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					0
Итого			540	14,1	18,1	27,3	333	26,7
Полдник								
2008		МОЛОКО	200	4,2	3,6	7	79	1,9
2008		ВАФЛИ	50	0,9	1,1	25,7	118	0
Итого			250	5,1	4,7	32,7	197	1,9
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	180/30	20,5	16,8	23,9	331	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200			6,1	24	0
Итого			450	20,5	16,8	30	355	0,3
Всего				55,4	60,5	161,8	1430	43,4

повар _____

Исхакова Г.Р. Бабрахимова Л.Н.