



МЕНЮ

3 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	160	6,2	6,4	26,7	191	0,6
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/12	5,5	10	19,7	191	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,6	2,9	12,3	90	0,6
Итого			420	15,3	19,3	58,7	472	1,3
II Завтрак								
2008	К/К	СОК	200					0
Итого			200					0
Обед								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	0,9	4,2	3,6	56	3,3
2008	83	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	180	5,2	7,8	10,5	136	16
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	130	10	11,8	13,6	202	7,1
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,3	33	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					0
Итого			590	16,1	23,8	36	427	26,4
Полдник								
2008		МОЛОКО	200	4,6	4	7,7	86	2,1
2008		ЗЕФИР	50	0,3		26,6	109	0
Итого			250	4,9	4	34,3	195	2,1
Ужин								
2008	239	РЫБНЫЕ БИТОЧКИ	70	7,4	3,8	0,7	66	0,4
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,2	2,7	14,6	96	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,8	31	0
Итого			440	10,6	6,5	23,1	193	0,4
Всего				46,9	53,6	152,1	1287	30,2

повар _____

Исхакова Г.Р. Бабрахинова Л.Н.