



МЕНЮ

18 июня 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	190	КАША "ДРУЖБА"	160	6	7,3	27,4	200	0,6
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/12	5,7	9,9	21,1	197	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,5	3	11,5	88	0,6
Итого			420	15,2	20,2	60	485	1,3
II Завтрак								
2008	К/К	СОК	200					0
Итого			200					0
Обед								
2008	103	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	5	6,3	13,4	135	6
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70	8,5	10,7		130	0
2008	323	ПЕРЛОВКА РАССЫПЧАТАЯ	130	4,8	2,6	34,4	180	0
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			7,9	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					0
Итого			610	18,3	19,6	55,7	477	6
Полдник								
2008		МОЛОКО	200	5,2	4,5	8,6	97	2,3
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	2,7	3,5	26,6	149	0
Итого			250	7,9	8	35,2	246	2,3
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	180/30	21,3	17,4	25,4	346	0,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,7	31	0
Итого			420	21,3	17,4	33,1	377	0,2
Всего				62,7	65,2	184	1585	9,8

повар

Исхакова Г.Р. Бабрахинова Л.Н.