



МЕНЮ

6 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	184	КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ	160	6,5	6,4	31,5	210	0,6
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/12	5,1	8,8	22,8	191	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,5	2,9	12	89	0,6
Итого			420	15,1	18,1	66,3	490	1,2
II Завтрак								
		СОК	200					0
Итого			200					0
Обед								
2008	103	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	4,9	7	12,6	135	6,1
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	130	14	13	39,4	333	23,7
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			6,9	28	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					0
Итого			540	18,9	20	58,9	496	29,8
Полдник								
2008	435	СНЕЖОК	200	5,1	4,7	8,3	104	0,5
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	4,3	5,7	42,9	241	0
Итого			250	9,4	10,4	51,2	345	0,5
Ужин								
2008	258	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ	178/30	26,2	20,4	15,9	358	1,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,1	28	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
Итого			448	26,2	20,4	23	386	1,3
Всего				69,6	68,9	199,4	1717	32,8

повар

Исхакова Г.Р. Бабрахинова Л.Н.