



МЕНЮ

4 июля 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 | 6,3 | 7,6 | 26,5 | 201 | 0,6 |
| 2008 | 1 | БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ | 40/8/12 | 4,6 | 8,7 | 19,7 | 176 | 0 |
| 2008 | 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 3,5 | 2,9 | 9,1 | 78 | 0,6 |
| Итого | | | 414 | 14,4 | 19,2 | 55,3 | 455 | 1,2 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | К/К | СОК | 200 | | | | | 0 |
| Итого | | | 200 | | | | | 0 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 108 | СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 180 | 7,7 | 7,6 | 26,4 | 209 | 7 |
| 2008 | 306 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 130 | 11,3 | 11,2 | 19,4 | 226 | 20,8 |
| 2008 | 435 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 180 | | | 7,7 | 31 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | | | | | 0 |
| Итого | | | 540 | 19 | 18,8 | 53,5 | 466 | 27,8 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | | МОЛОКО | 200 | 5,1 | 4,4 | 8,4 | 95 | 2,3 |
| 2008 | 464 | ШТОЛИ | 70 | 4 | 4,6 | 24,7 | 156 | 0 |
| Итого | | | 270 | 9,1 | 9 | 33,1 | 251 | 2,3 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 258 | МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ | 180 | 18,9 | 13 | 8,7 | 232 | 0,4 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | | | | | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | | | 7,1 | 28 | 0 |
| Итого | | | 420 | 18,9 | 13 | 15,8 | 260 | 0,4 |
| Всего | | | | 61,4 | 60 | 157,7 | 1432 | 31,7 |

повар _____

Исхакова Г.Р.Бабрахинова Л.Н.