

Утверждаю

Заведующая
Кузина Е.В./

МЕНЮ

19 июля 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	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/12	7,51	10,44	30,35	246,40	0,08
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,05	2,59	10,67	78,96	0,54
2008	189	КАША РИСОВАЯ НА МОЛОКЕ	160	5,33	7,19	30,72	209,64	0,62
Итого			420	15,89	20,22	71,74	535,00	1,24
II Завтрак								
2008	К/К	СОК	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2008	106	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА К/Б	180	6,36	9,93	20,58	201,88	4,03
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	10,71	14,48	14,39	231,99	18,57
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,84	31,35	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			540	17,07	24,41	42,81	465,22	22,60
Полдник								
2008		МОЛОКО	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	3,75	4,90	37,20	208,50	0,00
Итого			250	9,55	9,90	46,80	316,50	2,60
Ужин								
2008	50	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	50	0,97	0,07	5,71	27,29	2,68
2008	323	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	130	3,48	3,47	15,71	107,89	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	8,64	34,56	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			420	4,45	3,54	30,06	169,74	2,68
Всего				46,96	58,07	191,41	1 486,46	29,12

Повар

Исхакова Г.Р., Бабрахинова Л.Н.