



# МЕНЮ

9 сентября 2024 г.

## Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	160	6,27	5,50	26,97	183,04	0,02
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ	40/8	0,98	7,48	6,68	97,90	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ	200	0,00	0,00	18,68	74,74	0,00
<b>Итого</b>			<b>408</b>	<b>7,25</b>	<b>12,98</b>	<b>52,33</b>	<b>355,68</b>	<b>0,02</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СОК	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	104	СУП ГОРОХОВЫЙ	180	6,70	3,81	9,45	99,09	0,61
2008	265	ПЛОВ	129	7,11	8,66	33,34	239,77	0,67
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	5,99	23,94	0,00
<b>Итого</b>			<b>559</b>	<b>13,81</b>	<b>12,47</b>	<b>48,78</b>	<b>362,80</b>	<b>1,28</b>
<b>Полдник</b>								
2008		МОЛОКО	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,05	2,68	20,31	113,84	0,00
<b>Итого</b>			<b>230</b>	<b>7,85</b>	<b>7,68</b>	<b>29,91</b>	<b>221,84</b>	<b>2,60</b>
<b>Ужин</b>								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	160	6,54	6,32	20,23	164,97	0,75
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	200	1,41	1,21	8,14	49,41	0,26
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>7,95</b>	<b>7,53</b>	<b>28,37</b>	<b>214,38</b>	<b>1,01</b>
<b>Всего</b>				<b>36,86</b>	<b>40,66</b>	<b>159,39</b>	<b>1 154,70</b>	<b>4,91</b>

Повар \_\_\_\_\_

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.