



МЕНЮ

27 ноября 2023 г.

3-7 лет

Сборник рецептов	№ 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 ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	180	5,45	8,89	24,19	199,67	0,70
2012	2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30	4,75	8,37	10,08	135,41	0,10
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	33,60	0,00
Итого			396	10,20	17,26	42,67	368,68	0,80
II Завтрак								
2008	434	ЯБЛОКО	100	0,41	0,41	9,98	47,85	4,20
Итого			100	0,41	0,41	9,98	47,85	4,20
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ	50	0,70	2,99	2,24	38,91	5,52
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОВЯДИНОЙ	250/15	5,73	4,60	18,76	139,72	4,60
2008	266	ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	195	4,07	15,18	39,61	311,88	1,32
	ТК№031	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,90	0,05	14,72	63,71	0,29
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	54	3,57	0,47	22,87	110,06	0,00
Итого			744	14,97	23,29	98,20	664,28	11,73
Уплотненный полдник								
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	145	8,56	12,86	31,50	277,41	2,56
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,66	2,33	12,40	82,26	1,43
Итого			295	11,22	15,19	43,90	359,67	3,99
Вечерний чай								
2012	480	БУЛОЧКА "К ЗАВТРАКУ"	60	7,43	3,45	30,03	181,59	0,12
2012	401	РЯЖЕНКА	200	3,60	2,00	8,40	80,00	0,20
Итого			260	11,03	5,45	38,43	261,59	0,32
Всего				47,83	61,60	233,18	1 702,07	21,04