

МЕНЮ

6 сентября 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								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	2,3	3,9	9,7	92	0
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6	8,8	26,5	209	0,8
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	77	0,5
Итого			420	11,5	15,5	49,8	378	1,3
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,6	0,5	15,5	71	3
Итого			150	0,6	0,5	15,5	71	3
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,8	2,9	1,5	46	1,9
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	5,7	5,4	12	118	6,1
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	20,2	21	25,3	372	12
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	1	2	3	37	0
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТ С	180	1,2	0,1	16,8	73	0,4
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			750	32,5	32,4	82,1	763	20,4
Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,6	0,1	1,9	12	5
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	6,7	7,3	29,8	211	0,1
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,2		6,2	27	1,4
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	8,9	5,6	30,2	206	0
Итого			463	16,4	13	68,1	456	6,5
Всего				61	61,4	215,5	1668	31,2

Шеф повар (зав. производством) _____

Беляева Т.А.