

МЕНЮ

10 января 2025 г.

Сад 12 часов(vs)

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	6,54	5,95	17,99	127,70	0,12
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	180	4,49	15,46	53,55	321,85	0,44
	ТК№029	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,20	15,60	105,00	0,60
Итого			400	14,83	24,61	87,14	554,55	1,16
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	150	2,70	1,50	6,30	60,00	0,20
Итого			150	2,70	1,50	6,30	60,00	0,20
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,83	3,48	4,87	36,39	2,28
2012	73	РАССОЛЬНИК ЛЕНТНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/10	3,09	4,71	13,51	102,55	5,37
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	135	2,42	4,54	12,14	49,23	6,44
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	2,17	87,01	3,45
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	35	5,63	1,05	18,06	92,40	0,00
Итого			660	14,01	14,02	63,47	428,78	17,54
Полдник уплотнённый								
	ТК № 014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,50	0,13	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	4,79	6,84	28,52	268,18	0,13
2008	437	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ ПРОТЁРТОЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	8,22	5,69	30,25	230,49	0,05
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,02	0,12	6,36	30,60	0,00
	ТК№052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	80	0,64	0,16	6,00	30,39	30,39
Итого			545	15,17	12,94	77,87	591,01	35,57
Всего				46,71	53,07	234,78	1 634,34	54,47

Медсестра

Лукашевич Я.К,