

МЕНЮ

10 января 2025 г.

Сад 10,5 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	150	6,58	8,71	24,56	204,12	0,95
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,48	2,89	12,92	92,62	0,56
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	4,00	4,84	27,27	168,78	0,00
Итого			360	14,06	16,44	64,75	465,52	1,51
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	75	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого			75	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	190	22,20	20,64	19,13	354,90	49,21
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	140	2,71	4,39	21,94	138,17	19,60
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	60	14,32	3,46	8,25	122,65	4,20
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	3,44	0,46	22,04	106,06	0,00
Итого			608	42,67	28,95	77,17	745,00	73,01
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	90	8,00	2,50	47,50	244,10	0,08
2008	434	МОЛОКО	180	5,46	4,70	9,03	101,62	1,01
Итого			270	13,46	7,20	56,53	345,72	1,09
Всего				70,69	52,69	208,55	1 599,24	77,61

МЕНЮ

10 января 2025 г.

Сад 10,5 часов

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 "ДРУЖБА"	150	6,58	8,71	24,56	204,12	0,95
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,48	2,89	12,92	92,62	0,56
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	4,00	4,84	27,27	168,78	0,00
Итого			360	14,06	16,44	64,75	465,52	1,51
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	75	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого			75	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	190	22,20	20,64	19,13	354,90	49,21
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	140	2,71	4,39	21,94	138,17	19,60
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	60	14,32	3,46	8,25	122,65	4,20
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ СБОГАЩЕННЫЙ	38	3,44	0,46	22,04	106,06	0,00
Итого			608	42,67	28,95	77,17	745,00	73,01
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	90	8,00	2,50	47,50	244,10	0,08
2008	434	МОЛОКО	180	5,46	4,70	9,03	101,62	1,01
Итого			270	13,46	7,20	56,53	345,72	1,09
Всего				70,69	52,69	208,55	1 599,24	77,61