

МЕНЮ

20 января 2025 г.

ЯСЛИ 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	4,01	6,82	23,19	170,41	0,20
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,08	0,00	5,98	24,22	0,02
Итого			371	7,33	10,92	36,17	256,63	0,22
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,63	2,43	3,72	39,23	1,74
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,06	6,57	7,75	106,82	3,99
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	10,24	5,12	1,84	94,00	0,40
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120	3,20	2,70	15,50	97,40	0,00
	ТК№036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50	0,60
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,67	0,20	10,67	51,67	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			575	21,00	17,62	65,28	501,92	6,73
Полдник								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	49	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	120	14,07	13,14	13,48	228,44	6,80
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№031	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,07	3,10	28,72	158,90	0,00
Итого			384	19,74	16,36	55,40	508,94	3,40
Всего				48,07	44,90	156,85	1 267,49	15,35