

МЕНЮ

3 мая 2024 г.

Сад 12 часов

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	15	0,9	1,5	3,7	35	0
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6,2	10	26,8	209	0,8
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	77	0,5
Итого			395	10,3	14,3	44,1	321	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	5,4	5,2	11,8	114	6
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	195	18,9	19,8	26,3	359	11,9
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	1	2	3	37	0
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,4		7	102	0,3
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			695	30,1	30,9	73,1	775	20,1
Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ		0,6	0,1	1,9	12	5
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	5,3	8,4	28,9	242	0,1
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,1		8,5	36	1,1
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	2,4	11,3	48	228	0
Итого			413	8,4	19,8	87,3	518	6,2
Всего				49,4	65,5	220	1685	30,6

Шеф повар (зав. производством) _____ Багирова Г.А.