



МЕНЮ
26 декабря 2024 г.
Если 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	140	4,4	6,6	18,9	153	0,5
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	8	2,4	3,1		38	0,1
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,2	2,6	10,7	80	0,5
Итого			364	12,3	13,2	45	350	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	69	0
Итого			150	0,8	0,2	15,2	69	0
Обед								
2012	56	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	4,8	7	9,8	125	2,9
2008	299	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	3,5	5,4	21,9	151	10,4
2008	299	ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	9,1	3,2	6,2	100	7,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			500	20	16	60,7	481	21
Полдник								
2012	485	БУЛОЧКА	50	4,8	3	27,7	155	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,4	3,8	7,2	81	0,8
Итого			200	9,2	6,8	34,9	236	0,9
Ужин								
2008	225	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	160	5,2	7,1	19,6	163	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,1	0,2	13,8	65	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
Итого			370	7,4	7,3	39,4	252	0,5
Всего				49,7	43,5	195,2	1388	23,5



МЕНЮ
26 декабря 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								
2008	189	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	150	5,2	5,9	24,3	172	0,5
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	8	2,4	3,1		38	0,1
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,5	1,3	23,6	121	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,7	11,7	84	0,5
Итого			406	14,3	13	59,6	415	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,9	0,2	18,2	83	0
Итого			150	0,9	0,2	18,2	83	0
Обед								
2012	56	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	5,9	8,6	14,9	163	4,5
2008	299	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	4,6	6,8	27,9	190	13,2
2008	299	ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	10,4	4,4	5,9	117	8,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,4	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,6	0,5	23,1	111	0
Итого			610	24,5	20,3	79,2	610	26
Полдник								
2012	485	БУЛОЧКА	70	6,1	3,2	38,9	209	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,1	4,5	8,6	97	1
Итого			250	11,2	7,7	47,5	306	1,1
Ужин								
2008	225	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	5,8	7,2	22,4	178	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,7	31	0
Итого			420	9	7,4	50,2	304	0,5
Всего				59,9	48,6	254,7	1718	28,7