

МЕНЮ

11 ДЕКАБРЯ 2023 г.

Сбор-н ик рецеп-т ур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г	
Завтрак							
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	17	20,6	17,4	325
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	58	1,1	5,2	4,5	70
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,4	2,8	11,7	87
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	75	5,5	0,5	36,6	173
Итого				27	29,1	70,2	655
II Завтрак							
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15			6,8	27
2008		БУЛКА ЯРОСЛАВСКАЯ СДОБНАЯ	30	2,3	1,6	16,1	88
Итого				2,3	1,6	22,9	115
Обед							
2011	117	СУП С КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	9,3	9,1	12,1	167
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3	17	21	250
2012	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	120	16,9	24,1	9,3	321
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	100	1,2	1,7	10,7	63
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	120	7,9	1,1	50,9	245
Итого				38,3	53	113,7	1085
Полдник							
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	19,6	83
2008		ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	14,7	71
Итого				1,6	0,8	34,3	154
Ужин							
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	22,5	17,7	35,7	398
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,3	5,1	7,5	82
2011	254	ПЕЧЕНЬ ЖАРЕНАЯ С МАСЛОМ	120	27,7	24,8	4,6	386
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,1	5,3	10,1	113
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	75	5,5	0,5	36,5	172
Итого				63,1	53,4	94,4	1151
Ужин 2							
2008	435	КЕФИР	150	4,5	0,2	6	46
2008		БУЛКА ЯРОСЛАВСКАЯ СДОБНАЯ	30	2,3	1,6	16,1	88
Итого				6,8	1,8	22,1	134
Всего				139,1	139,7	357,6	3294

Быкадорова Е. Д.