



## МЕНЮ

4 октября 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		
<b>Завтрак</b>								
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/7/6	4,1	7,5	17,3	154	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,1	1,7	9,9	94	0,4
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,7	7,2	25,6	199	0,8
<b>Итого</b>			<b>453</b>	<b>13,9</b>	<b>16,4</b>	<b>52,8</b>	<b>437</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	162	0,8	0,2	16,4	70	3,2
<b>Итого</b>			<b>162</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>16,4</b>	<b>70</b>	<b>3,2</b>
<b>Обед</b>								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА КУРИНОМ Б-НЕ СО СМЕТАНОЙ	200	7,2	11,1	20,7	314	17,3
2008	311	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	200	11,5	15,7	29,2	305	2,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			8	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,6	0,4	16,9	81	0
<b>Итого</b>			<b>650</b>	<b>21,3</b>	<b>27,2</b>	<b>74,8</b>	<b>732</b>	<b>19,4</b>
<b>Полдник</b>								
2008		СУХАРИК САХАРНЫЙ	35	2,7	0,2	18,6	187	0
2008	411	КИСЕЛЬ	200			12,5	50	0
<b>Итого</b>			<b>235</b>	<b>2,7</b>	<b>0,2</b>	<b>31,1</b>	<b>237</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		5,7	23	0
2008	444	ОЛАДЬИ С МАСЛОМ И ПОВИДЛОМ	100/20	6,6	8	48,4	291	0,3
<b>Итого</b>			<b>320</b>	<b>6,7</b>	<b>8</b>	<b>54,1</b>	<b>314</b>	<b>0,3</b>
<b>Всего</b>				<b>45,4</b>	<b>52</b>	<b>229,2</b>	<b>1800</b>	<b>24,1</b>