



МЕНЮ

8 декабря 2022 г.

Сад 10 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	10,8	14,2	5,1	190	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		11,6	47	0
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИОННО)	8		8		70	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78	0,1
Итого			398	13,2	23,1	32,1	385	0,3
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ КУРЫ И СО СМЕТАНОЙ	180/20/10	8,9	4,7	13,6	133	6,5
2012	464	РОЖКИ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	6,4	31,4	202	0
2008	272	КОТЛЕТА "МОЗАЙКА"	70	12,3	4,7	11,1	139	1
2008	401	КОМПОТ ИЗ ПЮРЕ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,2	0,1	11,1	47	15,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,6	15,1	80	0
Итого			630	29,4	16,5	82,3	601	23
Полдник								
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,9	4,4	17,5	125	0,3
2012	458	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,9	14,9	76	0
Итого			210	6,1	5,3	32,4	201	0,3
Всего				49,1	45,3	156,6	1234	33,6

Шеф повар (зав. производством)

С.К.Кри

Крюкова С.А.