

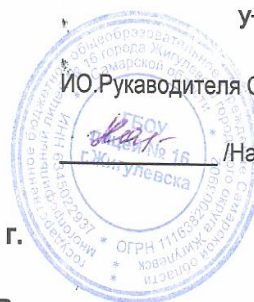
Утверждаю

И.О.Руководителя СПДС "Красная Шапочка"

/Назарова О.Б./

МЕНЮ
21 апреля 2023 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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200	7,9	13,8	37,4	306	0,8
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,9	3,1	14,6	98	0,5
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	2,4	9,2	15,1	153	0
Итого			420	13,2	26,1	67,1	557	1,3
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ	60	1,3	9,8	2	103	8,4
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ	200	10	24,9	16,7	330	4,9
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	23,1	23,9	9,6	374	18,1
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	4	10,2	22,3	196	10,4
2008	394	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,2	0,2	13,9	59	1,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,6	0,3	29,5	131	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			815	44,5	69,7	115,2	1295	43,6
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	5,6	8,2	105	0,9
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	0,2		23,9	98	0
Итого			210	5,2	5,6	32,1	203	0,9
Ужин								
2012	41	МОРКОВЬ ТЕРТАЯ	50	0,7	9,8	13,2	144	1
2008	258	ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ И СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140/22	24,9	23,2	30,7	432	0,2
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	0,8	0,2	15,8	69	3,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,7	0,2	19,7	87	0
Итого			556	29,1	33,6	88,6	781	72,7
Всего				92	135	303	2836	118,5

